

200 PLATS CASOLANS DE LA CUINA CATALANA

Recull de receptes populars, per
ANTONI R. DALMAU



Copyrigh © Editorial Millà

Dipòsit Legal: B. 14.280-1969

Imprempta Vídua de Daniel Cochs i Reig - Cros, 23 - Barcelona

1969

EDITORIAL MILLÀ

Carrer de Sant Pau, 21 - Barcelona

Còpia digital feta íntegrament per DNG el 26 d'abril de 2026

1a revisió digital



ÍNDEX

PRÒLEG: LA CUINA A CATALUNYA.....	1
I. BROUS («CALDOS»), SOPES I PURÉS.....	3
ESCUDELLA CATALANA.....	3
ESCUDELLA MONTSERRATINA.....	3
ESCUDELLA DE PAGÈS.....	3
SOPA A LA PESCADORA.....	4
SOPA DE MANDONGUILLES.....	4
SOPA DE MENUTS.....	4
SOPA DE CEBA A LA PAGESA.....	4
SOPA D'HERBES A LA CATALANA.....	4
SOPA DE COL, A L'ESTIL D'URGELL.....	5
SOPA D'ALL.....	5
SOPA DE MENUTS GIRONINA.....	5
SOPA D'ARRÒS EMPORDANESA.....	5
SOPA DE CREMA.....	5
SOPA DE PA DAURAT.....	5
SOPA DE RAP.....	6
SOPA DE PEIX A LA COSTA BRAVA.....	6
SOPA DE PEIX ESTIL SITGES.....	6
SOPA DE MUSCLOS.....	6
BOULLAVESA.....	7
PURÉ DE PATATES.....	7
PURÉ A LA BADALONINA.....	7
CREMA D'ESPINACS.....	7
CONSOMÉ.....	7
CONSOMÉ NAPOLITÀ.....	8
BROU («CALDO») DE RAP.....	8
SOPA D'OUS.....	8
SOPA DE SÈMOLA.....	9
SOPA DUBARRY.....	9
PURÉ DE FAVES.....	9
PURÉ DE PÈSOLS.....	9
SOPA D'OSTRES.....	9

SOPA DE CONGRE GRATINADA A L'ESTIL DE PROVENÇA.....	9
II. ARRÒS, FIDEUS I MACARRONS.....	11
ARRÒS A LA CATALANA.....	11
ARRÒS A LA MILANESA.....	11
ARRÒS A LA VALENCIANA.....	12
ARRÒS BLANC A L'ESTIL DE TOSSA.....	12
ARRÒS A LA PIRINAICA.....	12
ARRÒS BARCELONI.....	12
ARRÒS BLANC A L'ESTIL DE CALELLA DE PALAFRUGELL.....	13
ARRÒS A LA PATARRELLADA.....	13
ARRÒS CAPUTXÍ.....	13
ARRÒS AMB BACALLÀ.....	13
ARRÒS DE PEIX.....	14
ARRÒS AMB LLAGOSTINS.....	14
ARRÒS AMB COLOMÍ.....	14
FIDEUS A LA CASSOLA.....	14
FIDEUS AMB COLOMÍ.....	14
MACARRONS AMB PERNIL.....	15
MACARRONS DE FESTA MAJOR.....	15
III. OUS I TRUITES.....	16
OUS LLORETENCS.....	16
OUS AL FORN.....	16
OUS A LA PRESIDÈNCIA.....	16
NIUS D'OU.....	17
OUS FARCITS.....	17
OUS AMB PÈSOLS.....	17
OUS AMB TOMÀQUET.....	17
OUS AL PLAT.....	17
OUS FARCITS AMB BOTIFARRA.....	18
OUS PASSATS PER AIGUA.....	18
OUS AMB SALSA.....	18
OUS VELATS.....	18
OUS AMB ESPÀRRECS.....	18
MANDONGUILLES D'OU AMB SALSA BEXAMEL.....	19
TRUITA MASOVERA.....	19

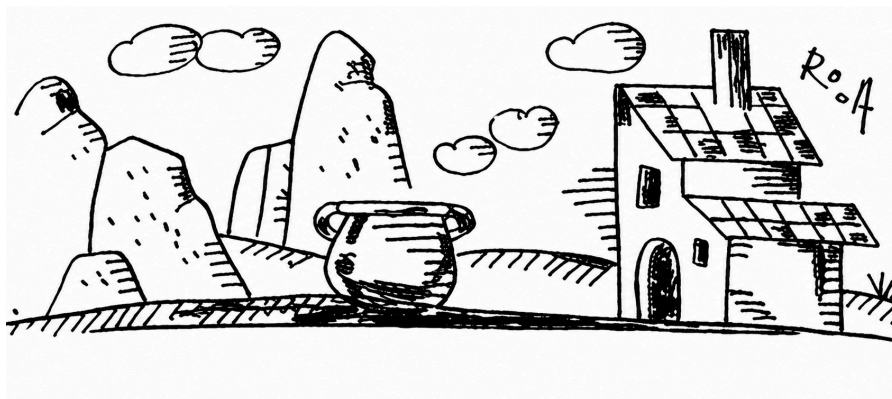
AGAFÀ-SANTS.....	19
TRUITA DITA A LA FRANCESA.....	19
TRUITA A LA JARDINERA.....	19
TRUITES FARCIDES.....	19
DAUS A LA PAGESA.....	20
IV. VERDURES, LLEGUMS I PATATES.....	21
MONGETES A LA SELVATANA.....	21
MONGETES ESTOFADES.....	21
MONGETES TENDRES A L'ESTIL DE SANT CARLES.....	21
MANDONGUILLES DE MONGETES.....	21
LLENTIES ESTOFADES.....	22
LLENTIES AL FORN.....	22
POTI-POTI DE LLENTIES.....	22
LLENTIES AMB CANSALADA.....	22
COLES I PÈSOLS A LA MARINERA.....	22
ESPINACS.....	23
BUNYOLS D'ESPINACS.....	23
ESPÀRRECS.....	23
FAVES A LA CATALANA.....	23
FAVES SANT ISIDRE.....	23
FESOLETES AMB SUCRE.....	24
MANDONGUILLES DE PATATES.....	24
BUNYOLS DE PATATES.....	24
CROQUETES DE PATATA.....	24
CROQUETES DE PATATES I PERNIL.....	24
PATATES A LA CATALANA.....	24
V. PEIX I MARISC.....	26
BACALLÀ A LA LLAUNA.....	26
BACALLÀ MODEST.....	26
BACALLÀ A LA MARINERA.....	26
BACALLÀ A L'ALL.....	27
BACALLÀ A L'ESTIL DE CULLERA.....	27
BACALLÀ A LA PROVENÇAL.....	27
BACALLÀ AL FORN.....	27
BACALLÀ TARRAGONÍ.....	27

BACALLÀ A LA CATALANA.....	28
BACALLÀ AMB COLIFLOR.....	28
BACALLÀ A LA CASSOLA.....	28
BACALLÀ AMB PANSES I PINYONS.....	28
BACALLÀ A LA BARCA.....	28
BUNYOLS DE BACALLÀ.....	28
CROQUETES DE BACALLÀ.....	29
SARDINES ARREBOSSADES.....	29
CRESTES DE PEIX.....	29
BESUC EN Salsa POULETTE.....	29
BACALLÀ A LA PESCADORA.....	30
BACALLÀ AMB MEL.....	30
MUSCLOS A LA CATALANA.....	30
MUSCLOS A LA RIBA.....	30
FILETS DE PEIX.....	30
TONYINA A LA CATALANA.....	31
RAJADA «LA CAVA».....	31
LLUÇ AMB ANXOVES.....	31
LLENGUADO A LA MARINERA.....	31
ANGUILES A LA MARINERA.....	31
CALAMARS AMB TOMÀQUET.....	31
PEIX ROSTIT.....	32
OSTRES SULTANA.....	32
LLUÇ ARREBOSSAT.....	32
TRUITES DEL FRESER FARCIDES.....	32
SARDINA A LA LLAUNA.....	32
PEIX A LA MARINERA.....	32
LLAGOSTA AMPOSTINA.....	33
LLAGOSTA A LA CATALANA.....	33
«ZARZUELA».....	33
ANGUILES COSTA BRAVA.....	33
SARDINES A TALL DE PESCADOR.....	33
GUISAT DE ROGERETS.....	34
BARREJA DE MARISC.....	34
CONGRE A L'ESTIL DE CADAQUÉS.....	34

PAGELL MARINERA.....	34
MOLLS A LA TORTOSINA.....	34
LLAGOSTA SANT SEBASTIÀ.....	35
ANXOVES A LES MEDES.....	35
TRUITES A LA SALARDÚ.....	35
PEIX A LA VINAGRETA.....	35
VERATS A LA LLAUNA.....	35
LLUÇ AMB PÈSOLS.....	35
LLENGUADO FREGIT.....	35
VI. CARN, POLLASTRE, CONILL I PORC.....	37
LLOMILLO AMB MONGETES.....	37
BOTIFARRA AMB MONGETES.....	37
CANSALADA AMB COLS.....	37
BOTIFARRA AMB BOLETS.....	38
PERDIU AMB COLS.....	38
PERDIU AMB CASTANYES.....	38
PERDIU AMB SUQUET.....	38
PERDIUS AMB Salsa Maionesa.....	38
COLOMINS A LA PAGESA.....	39
CONILL DE BOSC A LA CAÇADORA.....	39
CONILL A L'OLOTINA.....	39
CONILL DE PAGÈS.....	39
CONILL DE MUNTANYA.....	39
CONILL ROSTIT.....	40
CONILL CASOLÀ.....	40
CONILL DEL BOU AMB PÈSOLS.....	40
CARN AMB ANXOVES.....	40
PLATILLO CERDÀ.....	40
SANG I FETGE MUNTANYENC.....	40
ESTOFAT DE BOU.....	41
PLATILLO D'ANYELL A L'EMPORDANESA.....	41
COSTELLETES D'ANYELL A L'ESTIL D'OLOT.....	41
POTA A LA CATALANA.....	41
CARN AMB PERES I CASTANYES.....	42
BOU A LA DOVA.....	42

CARN TOFONADA A L'ESTIL DE VIC.....	42
BOU A LA MENESTRALA.....	42
PEUS DE VEDELLA A LA LLAUNA.....	42
PEUS DE BE A L'ANDORRANA.....	42
COSTELLES DE VEDELLA AMB PÈSOLS.....	43
PEUS DE PORC MONTSIÀ.....	43
PEUS DE PORC BARCELONETA.....	43
TRIPA A L'ARANESA.....	43
LLENGUA DE VEDELLA.....	43
FETGES EN SALSA.....	44
ROSBIF.....	44
CURADELLA.....	44
RONYONS A LA PAGESA.....	44
MANDONGUILLES.....	44
CARN AMB BOLETS SANTA CECÍLIA.....	45
ÀNEC AMB NAPS.....	45
FRICANDÓ MEDITERRANI.....	45
FRICANDÓ CASOLÀ.....	45
RONYONS BORRATXOS.....	45
CARN TIBIDABO.....	46
FARCELLETS DE CALELLA.....	46
CARN AMB PRUNES.....	46
POLLASTRE ROSTIT AL MONTSENY O DE NADAL.....	46
POLLASTRE A L'EMPORDANESA.....	46
POLLASTRE AMB SAMFAINA.....	47
ESCALDUMS.....	47
SANG AMB CEBÀ.....	47
AGREDOLÇ DE L'EMPORDÀ.....	47
CASSOLA DE CERVERA.....	47
CUIXA DE MOLTÓ.....	47
LLENGUA DE VEDELLA.....	48
POTES D'ANYELL O DE VEDELLA A LA PAGESA.....	48
COLOMINS AMB BOLETS.....	48
FREIXURA DE VEDELLA CASOLANA.....	48
ORELLES DE TOCINO AMB SALSA.....	48

ESTOFAT DE VACA.....	48
PERDIU A LA CAÇADORA.....	49
GUISAT DE BE AMB PÈSOLS.....	49
VEDELLA A LA BURGESA.....	49
CONILL GUISAT A LA CATALANA.....	49
CROQUETES DE CONILL.....	50
CONILL ESTOFAT.....	50
CONILL FREGIT.....	50
CONILL A L'ANGLESA.....	50
COSTELLETES D'ANYELL ARREBOSSADES.....	51
PEUETS D'ANYELL AMB PINYONS I PÈSOLS.....	51
SANG I FETGE AMB XAMFAINA.....	51
BIFTEC.....	51
MENUTS DE GALLINA AMB PATATES.....	52
SALSITXES FREGIDES.....	52
ESTOFAT BORD.....	52
VII. SALSES.....	53
EL «ROMESCO».....	53
SALSA DE CREMA.....	53
SALSA D'ESCABETX.....	53
SALSA PICANT.....	54
VIII. PLATS DIVERSOS.....	55
CARGOLS A LA LLEIDATANA.....	55
CARGOLS SALTATS.....	55
CALÇOTS DE VALLS.....	55
AMANIDA DE FONOLL MARÍ.....	55
«RELLENU».....	56
BOLETS A LA LLAUNA.....	56
BOLETS AMB PERNIL.....	56
BOLETS A L'ESTIL DE SANTA COLOMA.....	56
PAREDONS DE CERVERA.....	56
VOLUMS PUBLICATS.....	57



PRÒLEG: LA CUINA A CATALUNYA

Catalunya pot enorgullir-se de posseir una cuina pròpia que no té res a envejar, pel que fa a qualitat i exquisidesa, a cap altre. Fou tot temps mestressa en l'art culinari, i això ho demostra el fet que a Barcelona s'imprimís a les darreries del segle XV —probablement l'any 1477— un dels primers llibres de cuina del món: el Llibre de Coch, escrit en llengua catalana per Mestre Robert, cuiner que al servei d'Alfons V el Magnànim, passà al regne de Nàpols, on encara, amb el seu successor, Ferran I, seguia exercint les seves funcions.

La cuina catalana no és amiga de complicacions i sol emprar per als seus plats elements de la terra, tant en el que es refereix a aliments com a condiments. La nostra cuina, representada per alguns dels seus plats, ha sortit de llurs fronteres, conquerint totes dues Amèriques, Austràlia, Itàlia i tota la nació espanyola, essent en el seu temps vehicle d'expansió per la bondat dels seus guisats. Els cuiners catalans dels velers, en decaure el tràfec marítim s'instal·laren arreu del món.

L'origen de la cuina catalana es troba en el Llenguadoc i la Provença, llocs que foren també bressol de la cuina francesa. Encara avui els millors cuiners de França solen ésser originaris de terres occitanes i provençals, i el nom de Provença ha servit, i serveix encara, de mostra en els millors restaurants del món.

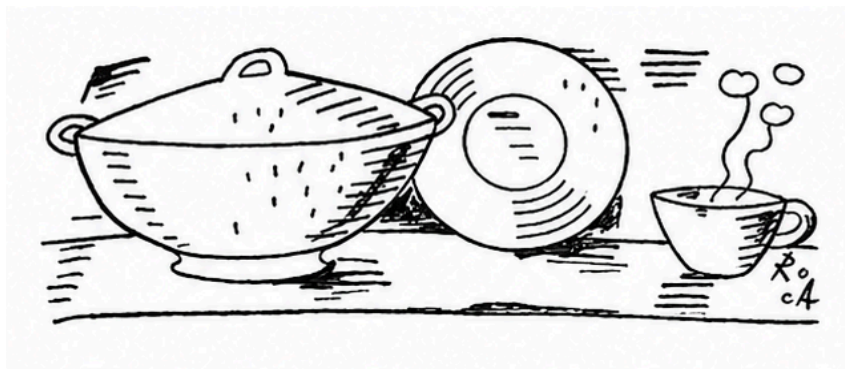
Però la cuina catalana no ha pecat mai d'exclusivista i s'ha adaptat a les modalitats universals. Hostalers italians i francesos pararen en les capitals catalanes aportant noves invencions culinàries, però tots acabaren sometent-se al fur de la tradició, que trobaren fonament arrelada. En cada poble de Catalunya, un nombre considerable de menjars marquen les dates de la vida amb el gust del paladar i l'alegria dels ulls. Al costat del nom de cada poble hi veiem el d'una especialitat gastronòmica, especialitats que en ésser reunides formarien una meravellosa minuta que posaria molt enlairat el nom de la nostra cuina.

Voldríem, en aquestes planes, enumerar tots els plats típicament catalans, aquells plats populars que les cuines modernes no han pogut fer oblidar. Equivaldria, gairebé en fer-ho, a

esmentar tots els pobles de Catalunya. La llista és inacabable. El pollastre amb prunes i cascabellitos; el bacallà amb mel dels frares de Poblet; la sopa de rap; el ventre de porc; les truites de peix sense sang; els fideus a la cassola; els fideus amb sucre; la sopa d'oca, del Penedès; la carn amb peres; l'arròs groc; el porcell a l'ast; les mongetes amb botifarra o amb llomillo; la botifarra amb rovellons; el platet amb castanyes; la caldereta de llagosta, importada de Fornells (Mallorca); la curadella, plat típic de Can Trampa, de Vallvidrera; típica escudella i carn d'olla; l'agredolç empordanès; les farinetes de fajol, de La Garrotxa; les faves a la catalana, de fama mundial; l'olla badalonina, plat de peix típic dels mariners; la perdiu amb cols; l'estofat a la catalana; el cabirol del Pirineu, el senglar del Montseny i l'isard de la Vall d'Aran, a l'ast; el bacallà a la llauna; el bou a la dova; el rumescu; les truites del Freser... No acabariem mai. Això fa que ens hem vist obligats, car l'espai no dona per tant, a fer una selecció de plats a l'abast de totes les llars catalanes de soca i rel, escollits entre els de més anomenada de totes les comarques de Catalunya.

El nostre desig és que aquest recull de receptes culinàries els plagui i que repercuteixi en les cuines casolanes.





I. BROUS («CALDOS»), SOPES I PURÉS

ESCUDELLA CATALANA

En una olla amb aigua s'hi tiren, quan bull, bou o vedella amb os, un quarto de gallina, moltó —del garró—, cansalada fresca, un os de costelles de porc —fresc o salat—, botifarra blanca i negra, i la pilota. Aquesta es prepara picant carn de porc, de bou o vedella, amb un xic de cansalada: s'hi barreja un ou batut i se li dóna, en un plat amb farina, la forma ovoide, anant-la saltant. S'hi afegeixen: una col regular, cigrons —o mongetes— posats abans en remull. Tot això ha de bullir dues hores llargues. Aleshores se li afegeixen patates —millor blanques que grogues— i naps o nap i col. Es deixa bullir, fins que les patates són cuites. Llavors es treu tot, deixant solament el brou, en el qual es tiren els fideus, arròs, macarrons, o sigui, la pasta que es vulgui, fent-ho bullir abastament. La carn, pilota i demés, es serveix apart, ço que constitueix la típica «carn d'olla» catalana.

Aquesta carn d'olla, sobretot a l'estiu, es pot saltar a la paella amb un xic de tomàquet.

ESCUDELLA MONTSERRATINA

En dos litres d'aigua es bull un tall de congre sec. A l'hora de bullir s'hi tiren les patates, els cigrons remullats i les mongetes seques. Es deixa bullir una altra hora i s'hi afegeix una capsa de colí-flor, i quan tot es desfà, amb l'ajut d'una espàtula es treballa perquè es formi puré. Es cola i amb el suc s'hi fa l'arròs i fideus.

És una sopa la fórmula de la qual es deu a un monjo de Montserrat.

ESCUDELLA DE PAGÈS

Es posa, en una olla, una mica de llard, unes cebetes tallades finament i uns trossos de cansalada i pebre vermell. Un cop fregit s'hi afegeix l'aigua que calgui, segons els plats, i quan l'aigua encara no és calenta, s'hi tiren les mongetes. Així que comenci a bullir s'hi afegeix un os de porc i sal. Després que hagi bullit unes tres hores, i quan les mongetes ja són

toves, s'hi tiren patates i col a trossos petits, i quan ja tot això està cuit, s'hi posen l'arròs i els fideus.

SOPA A LA PESCADORA

En una cassola de ferro, s'hi posa oli i alls sencers, aixafats, i quan té color, una cebeta. Després tomàquets, julivert picat, i en abundor. Un cop fregit s'hi posa l'aigua pels plats de sopa que es vulguin fer. En bullir l'aigua, s'hi tira el peix. En estar cuit aquest, es treu i s'hi tira l'arròs. Al servir-se, es posa el peix a la sopera. Qui vulgui, el pot menjar apart, amb una salsa a la vinagreta.

SOPA DE MANDONGUILLES

En una cossoleta s'hi posen quatre ous, la quarta part d'un petricó de llet, dues unces de llard, sal i un xic de pebre, barrejant-ho tot amb una mica de farina, per tal de fer una massa consistent. Després es fan les mandonguilles del tamany d'una oliva, passant-les per farina i es fregeixen amb llard. Es posen a la sopera i es tira al damunt la sopa.

SOPA DE MENUTS

Després de netejats i escaldats els menuts, es tallen a trossos i es sofregeixen amb llard en una cassola. S'empolsen amb farina i després s'escumen. Es mullen amb dos o tres litres d'aigua calenta o caldo i un vas de vi blanc. Es fa bullir. S'aparta la cassola del foc i s'hi afegeix un manyoc compost de dues cebes i dues pastanagues. Es deixa coure de nou una hora i mitja. Es serveix després de colar el caldo.

SOPA DE CEBA A LA PAGESA

Es pelen les cebes i es parteixen pel mig, separant les parts dures del cap i la cua. Es tenen deu minuts en aigua bullenta, s'escorren i es posen a la cassola, amb oli. Es sofregeix a foc viu i quan la ceba s'hagi enrossit, s'hi afegeix farina i es deixa encara dos minuts al foc. S'hi afegeix un litre d'aigua, s'hi tira sal i un xic de pebre, i es remena fins el primer bull. Es posa el pa i el llard a la sopera, es tira el caldo sobre el pa i es remena fins que el llard es fongui. Hi ha qui, en servir-les, hi afegeix un o dos rovells d'ou.

SOPA D'HERBES A LA CATALANA

En una cassola amb mig litre d'aigua s'hi posen set o vuit pastanagues, tallades en forma de daus, un quart de quilo de pèsols verds, dos o tres naps negres, una xirivia tallada a trossets, un ensiam, i les herbes aromàtiques que es vulgui, tot picat finament. S'hi afegeix sal, oli fi, i

succe blanc. Es cou una hora i mitja a poc foc i s'hi afegeix brou de verdures o de peix. Es deixa bullir i es serveix amb llesques de pa, o sense.

SOPA DE COL, A L'ESTIL D'URGELL

En una cassola s'hi posa aigua i carn de porc o bé de be, millor aquesta que aquella. Al cap d'una hora que ha començat a bullir, s'hi afegeix la col, escaldada abans amb aigua bullenta. S'hi afegeixen pastanagues, naps, porros, àpit, una ceba picada, un clau d'espècie, sal i una salsitxa, si la sopa es fa amb porc. Es cou a poc foc, durant quatre hores i en servir-la es posen en plat apart les carns i les verdures i es tira el caldo damunt del pa, en una sopera.

SOPA D'ALL

Es fregeixen els alls a trossets, amb llard o amb oli. Quan estan ben fregits —però mai cremats— s'hi tira sal, pebre, i la quantitat d'aigua necessària, deixant-ho bullir uns vint minuts. Si es vol fer amb ous, es tiren aquests damunt de les llesques de pa i es tira el brou bullint al seu damunt.

SOPA DE MENUTS GIRONINA

A la paella, amb llard, es fregeixen un parell de menuts de gallina. Si són de pollastre, que s'hagi rostit, s'hi afegeixen un parell d'ous durs, picats. S'hi tira una mica d'all i tomàquet, ben trinxat; es deixa coure tot, es tira a l'olla en la qual bulli litre i quart d'aigua, i als deu minuts, el pa corresponent.

SOPA D'ARRÒS EMPORDANESA

Es cou l'arròs, amb el brou, afegint-hi, abans de servir-lo, unes cullerades de salsa de tomàquet, un ou dur, picat, un xic de mantega; crostes de pa fregit i a trossos molt petits. No ha de quedar massa clara ni massa espesa.

SOPA DE CREMA

Quan aneu a servir la sopa, bateu rovells d'ou en una sopera. Quan ja estan ben batuts, aboqueu-hi braó, poc a poc, remenant lleugerament per a que els rovells no s'agrumollin; quan ja hi ha la quantitat de braó que volgheu servir, aboqueu-hi uns trocets de pa fregit i de pernil fet a talls ben simètrics.

SOPA DE PA DAURAT

En dos litres d'aigua es posen a bullir osos, carn, herbes julienne, i s'hi tira la sal corresponent. A part, en una cassola, s'hi posa llard, ceba ben tallada, i, de mica en mica, s'hi va afegint el brou resultant dels dos litres d'aigua posats a bullir. Tot plegat es deixa bullir

deu minuts, i s'hi tiren dues cullerades de salsa de tomàquet, deixant-ho bullir una estona més. Mentrestant es tallen unes llesquetes ben primes de pa i es col·loquen en una plata que resisteixi el foc. Damunt les llesquetes de pa s'hi posa una capa de formatge ratllat i mantega de vaca; a continuació s'hi tira el brou abans descrit, procurant que el pa quedi ben cobert, i després es fica al forn a daurar.

SOPA DE RAP

El rap, netejat en aigua calenta, per a que se li desprengui la baba, s'obre pel ventre, se li treu la moca, i el fetge es guarda per a la picada: es renta amb aigua freda i es posa a escórrer amb sal. En una cassola s'hi posa oli, bona quantitat de ceba, grans d'all petits i tomàquet, i quan està tot ben fregit s'hi tira el peix, a trossos prims, i es posa a la cassola per a que es torri i agafi gust. S'hi posa l'aigua que calgui i s'hi tiren unes ametlles picades. Es fa un all-i-oli i també s'hi tira. Es deixa bullir fins que el pa es desfaci, i es serveix calent.

SOPA DE PEIX A LA COSTA BRAVA

Es separa el peix gran del petit. Aquest es fa bullir amb aigua i quan està cuit s'escorra, comprimint-lo en un colador o exprement-lo amb un drap. Es posen en una cassola tants gots d'aquest suc i del brou on s'haurà cuit, com tants començals siguin. Es ruixa amb un xic d'oli de bona qualitat i se li afegeix un manyoc fet de fonoll, dues o tres fulles de llorer, escorxa de llimona, un cap d'all i una ceba. S'hi tira sal i pebre, i es fa bullir vivament en molt foc, fins que l'oli quedi ben barrejat i no hi nedi, i formi en el suc una salsa perlada. Aleshores es talla el peix gran, que té d'ésser acabat de pescar, es bulleix amb molt foc, i un cop cuit, es separa del foc i es tira damunt del pa, tallat a llesques.

SOPA DE PEIX ESTIL SITGES

Es posa aigua i oli en una cassola, s'hi afegeixen pastanagues, api, dos naps, timó, cebes, sarfull, pebre, llorer, julivert. Es talla el peix a trossos i s'hi afegeix, salat o mullat amb brou o amb aigua. Es ruixa novament amb oli, es cou un quart, es retira el peix, es serveix separatament el peix, i es mullen els crostons de pa fregit o en llesques. En alguns indrets hi afegeixen una mica de vi blanc o aiguardent.

SOPA DE MUSCLOS

Es treuen els musclos de la closca i es fan sofregir. Quan ja estiguin ben sofregits, es treuen del foc, i s'aprofita aquest mateix oli per posar-hi una ceba tallada a trossos ben petits, la qual es trosseja, afegint-hi tomàquet i dos grans d'all picat amb julivert; s'hi tira sal, una mica de pebre vermell i un brins de safrà. Per fi, tot això es tira dins d'una olla amb aigua

bullenta i s'hi afegeix el pa. Més o menys, es procura que hi hagi una dotzena de musclos per persona.

BOULLAVESA

És aquest un plat del tot català, popularitzat al Rosselló i a la Provença. Es fa amb una barreja de peixos, com més millor. Es fa bullir el peix en aigua, a la que s'hi tiren tomàquets madurs, uns grans d'all, cebes petites i pastanagues a trossos. Quan el peix és quasi cuit, es fa all-i-oli al morter, on s'ha picat safrà torrat, i s'hi barreja. Cuit el peix, es retira i s'espesseix el suc amb farina, remenant-lo per a que no es prengui. Es cola i es posa a la sopera, servint-se el peix per separat. A part, es serveixen llesques de pa fregit amb llard.

PURÉ DE PATATES

Es posen a coure dos quilos de patates, s'escorren, i quan encara són ben calentes, es piquen ben bé al morter, o es passen per la màquina expressa dels purés. S'hi tira sal, pebre, un xic de nou moscada, dues cullerades de mantega i dues de llet. Es remena bé, mentre sigui al foc, mirant de que no s'agafi al fons de la cassola; als deu minuts ja haurà adquirit la consistència desitjada.

PURÉ A LA BADALONINA

En una olla es fan bullir cebes, patates, mongetes tendres i coliflor. A part també es posen a bullir calamars, pops, sèpia, bacallà i rap. Quan tot està ben cuit, s'escorre, i l'aigua que queda del peix i les verdures es barreja. En una plata es posa el peix i les verdures. Després es fa una salsa maionesa i es va aclarint amb el brou barrejat amb verdura i peix, i quan s'ha obtingut crema clara s'aboca a la plata, damunt les verdures i el peix. Es vigila que la maionesa no es negui, puix, en aquest cas, el plat no resulta tan saborós.

CREMA D'ESPINACS

Es bullen els espinacs amb aigua, tenint-los cinc minuts en aigua freda, després en altra, i, finalment, ben escorreguts i secs, en un tovalló, després d'haver-los picat el més petits possible. A part, en una cassola, es barregen sobre poc foc dues cullerades de farina amb uns 25 grams de mantega de vaca, i de mica en mica una tassa de llet. S'hi afegeixen els espinacs, més mantega, i, remenant-ho, es deixa a coure una estona per a servir-ho ben calent.

CONSOMÉ

Cent-cinquanta grams de carn magre de bou o de vedella, un quarter de gallina o pollastre, a trossos petits, 50 grams de ceba i un bon tros de pastanaga, ben picat tot; un ramet de

julivert, un ou, una copeta de vi blanc i una mica d'aigua. Es bat tot ben bé, i s'hi afegeix un litre de brou fred, millor si és del dia abans, que sigui escumat del greix. Tot això en una cassola.

Es posa al foc i es deixa coure fins a punt d'arrencar el bull; es treu una mica de foc, i mentre es va coent, s'hi van tirant gotes d'aigua freda, fins que bulli. A mida que s'hi tira l'aigua, es va clarificant; quan és clar, es deixa bullir una hora, tirant-hi un raget de sucre cremat, que li dóna color de caramel.

Hi ha qui tira l'ou sense batre abans de l'aigua, aixafant-lo en un plat, esclova i tot, batent bé la cassola amb batedor o dues forquilles. Segui en la forma que es vulgui, es passa tot per un colador o per un tovalló net. Es pot servir amb tassa, calent, fred, o una mica gelat, i s'hi poden coure fideus, macarrons o una altra pasta qualsevol.

També es serveix amb un rovell d'ou en cada plat. Si es vol més substanciós, quan el «consommé» bull s'hi afegeix una copa de vi ranci sec i un parell de pits de gallina o perdiu, amb els quals, després, es poden fer croquetes, o picar-los per a afegir-los al «consommé».

CONSOMÉ NAPOLITÀ

Els ingredients per a sis plats de sopa són els següents: 130 grams de farina; 150 de mantega; quatre rovells d'ou; brou vegetal.

En una cassola posada al foc amb la mantega i la farina, daureu-la tan sols una miqueta. Afegiu-hi aleshores el brou vegetal que tindreu ja fet, fent que bulli amb crostonets de pa fregit.

BROU («CALDO») DE RAP

Es posa una olla al foc mig plena d'aigua i s'hi aboca una xicra de vi blanc, mitja de vinagre, llard, un brot de farigola, un altre de romaní, una fulla de llorer, sal i espècies. Es deixa bullir fins que el rap quedi ben cuit. Després es cola damunt d'uns daus de pa torrat, sofregit amb oli, i, a més, s'hi aboca una bona picada d'ametlles, ous durs, safrà, all i julivert. Si convé, pot gastar-se oli en lloc de llard.

SOPA D'OUS

Es prepara un brou de verdures (patates, pastanaga, herbes, ceba —poca—, una mica d'api, espinacs, pèsols secs, etc.). A part s'enrosseixen dues cullerades de farina, es tira al brou i que doni un parell o tres de bulls (uns 10 minuts).

Es fregeixen, amb oli o mantega, sis trossos de pa, del gruix d'un duro, que facin quatre centímetres per banda, ben rossos. Se'n posen un a cada plat i ferreu, en aigua bullent, sis ous; en col·loqueu un damunt cada tros de pa i pel damunt hi tireu el brou. És excel·lent.

SOPA DE SÈMOLA

En brou de l'olla o vegetal, s'hi aboca la sèmola, però amb molta cura. S'ha de remenar contínuament, per a que no s'agrumolli durant mitja hora.

SOPA DUBARRY

Amb dos quilos de pèsols, dues cullerades de mantega o llard vegetal, dos alls i julivert, fareu aquesta deliciosa sopa. Bulliu els pèsols, separeu-ne la meitat i transformeu-los en puré. En una paella, poseu-hi dues cullerades de llard o «lardina» i fregiu-hi els alls i julivert ben trinxat. Un cop sofregit, es barreja amb el puré de pèsols, i ho deixeu bullir dos o tres minuts. Després s'ajunta amb els pèsols sencers, ho feu bullir tot plegat tres minuts més, i serviu-la.

PURÉ DE FAVES

Es bullen amb un bon brou vegetal faves tendres, en proporció a la consistència que vulgueu que tingui el puré. Ben cuites, es transformen en puré amb el premsa-purés. Aleshores es fregeixen trocets de pa amb oli i es posen a la sopera; s'hi tira el puré pel damunt, després d'haver comprovat si estava bé de sal, i es serveix.

PURÉ DE PÈSOLS

Es renten bé els pèsols, posant-los en una olla gran amb aigua. Quan comencen a bullir s'hi afegeix una pastanaga, un nap i dues cebes, fent que es cogui durant quatre hores amb poc foc. A mig coure, s'hi tira la sal corresponent. Es passa el puré pel colador, posant-lo en una cassola amb llard, sal i pebre. S'hi poden afegir dues cullerades de farina desfeta en el braó dels pèsols.

SOPA D'OSTRES

En un morter de marbre es piquen dues o tres dotzenes d'ostres (sense closca, naturalment). S'hi aboca un brou que s'haurà fet amb peix. Es deixa coure per espai de tres quarts d'hora. A part, en llard, es fregeixen trocets de pa en quantitat suficient. En treure'ls de la paella es posen a la sopera. S'hi aboca el brou d'ostres i es serveix ben calent.

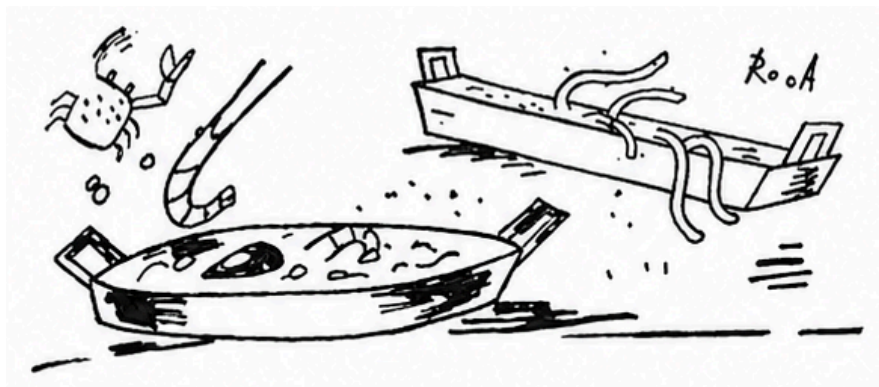
SOPA DE CONGRE GRATINADA A L'ESTIL DE PROVENÇA

Per a quatre persones: 200 grams de ceba, dos o tres alls, i 200 grams de tomàquet, tot ben trinxat, una ramet de farigola i una de fonoll, una fulla de llorer, pebre, així com també 250 grams de congre; tot junt es posa a sofregir dins d'una olla amb la suficient quantitat d'oli; quan ja està tot ben sofregit s'hi afegeixen dos litres d'aigua i la corresponent sal; es deixa

coure durant trenta-cinc minuts. Com que en resultarà un brou molt espès, es passarà tot per un colador fi per tal de refinar-lo.

En una cassola de terra i procurant que no passi del nivell de la meitat de la cassola, s'hi tallen sopes de pa molt primes, després s'hi aboca el brou de l'olla rectificat de sal, i pel damunt de les sopes s'hi tira una capa de formatge de bola ratllat, i tot seguit es gratina la sopa al forn. Poden ser-se amb la mateixa cassola.





II. ARRÒS, FIDEUS I MACARRONS

ARRÒS A LA CATALANA

En una cassola es rosteix, amb llard, un pollastre, a trossos, amb els seus menuts. La sang es fregeix apart i el pedré s'ha de tallar a bocins. El fetge cal conservar-lo per a quan s'hi tiri l'aigua, doncs és causa de que, en sofregir l'arròs, s'agafi. Abans d'ésser ben rostit el pollastre s'hi barregen 300 grams de tomàquet trinxat, i tot remenant, es deixa ben sofregir. Es treu del foc, i en cassola apart, amb oli prèviament desodorat amb una crosta de pa, s'hi sofregeixen 400 grams de sípia o calamars, o ambdues menges, comes o trossos de llagosta o llagostins; amb poc foc es va coent, remenant-ho sense destapar; als dotze minuts, s'hi afegeixen 150 grams de congre o anguila. Quan sembla cuit, s'hi posen 200 grams de ceba ben trinxada i es deixa sofregir. Cuit, es barreja a la cassola del pollastre, i a tot plegat, se li donen uns tombos, fins que queda mig daurat. S'hi afegeixen una dotzena i mitja de musclos i 400 grams de pèsols o mongetes tendres.

Cinc o sis cents grams d'arròs. Es va remenant procurant de que no s'agafi. S'hi pot afegir un pebrot vermell escalivat, o posar-li a tires damunt l'arròs. Quan és ben ros, s'hi tira un litre d'aigua bullenta i es té al foc viu o es posa al forn, barrejant-hi una picada de safrà torrat, all picat i un petit raig d'oli. Si s'hi ha d'afegir aigua, que sigui bullenta. Es pot substituir el pollastre per conill o colomí.

ARRÒS A LA MILANESA

En una cassola amb una mica de llard, es posen 200 grams de cansalada viada; s'hi fan sofregir 200 grams de ceba ben picada, i a mig enrossir, s'hi tiren 200 grams de pernil, i una fulla de llorer. Quan tot és ben ros, s'hi afegeixen tres o quatre grans d'all picat, mirant de que no es cremi; de seguida un ram de julivert trinxat; dos toms d'espàtula i 300 grams de tomàquet ben madur, molt picat. Es deixa coure bé i s'hi afegeixen un parell de ratlladures de nou moscada, i suc de rostit de carn, tirant-hi de seguida per sofregir-lo bé, 400 grams

d'arròs i 300 de fesols. Mullat amb un litre d'aigua bullenta o brou, es deixa coure 7 o 8 minuts al foc, barrejant-ho amb formatge ben ratllat, i es posa al forn, fins que és cuit. Es pot afegir més formatge al plat.

ARRÒS A LA VALENCIANA

Es prepara una paella amb foc ben viu: s'hi tira oli o llard, i quan ja estigui ben calent, s'hi fregeixen uns pebrots (que també poden ésser escalibats); s'hi tiren trossos de pollastre, salsitxes i porc, i quan tot això estigui daurat s'hi afegeixen dos o tres grans d'all, pelats i partits, tomàquet, julivert, llorer, sal, safrà, un polset de pebre negre i també de vermell; es remena tot fins que estigui ben fregit; aleshores s'hi posen carxofes, pèsols i, si agraden, mongetes verdes, i es deixen bullir amb brou o aigua fins que estigui ben cuit. Aleshores s'augmenta el brou fins que quedi com al començament; s'aviva el foc i s'hi tira l'arròs, remenant-lo amb una cullera, afegint-hi els pebrots i anguila o tallarines o musclos. Quan està a punt, es treu i, després de deixar-lo reposar un xic, es serveix.

ARRÒS BLANC A L'ESTIL DE TOSSA

Per una tassa gran d'arròs, es pren una cullerada de mantega, es fregeix un all fins a daurar-lo, s'extremeix i es retira; en la mantega que ha quedat es sofregeix l'arròs, una estona, afegint-hi aigua bullent i la sal que calgui. Primerament se'l deixa bullir a foc viu i quan l'aigua hagi minvat, es treu a poc foc, deixant-lo coure poc a poc fins que estigui ben sec i el gra estigui cuit i sencer. Es posa en una plata, amb els ous ferrats, d'un a un, al voltant. Per damunt de l'arròs pot posar-s'hi carn de porc picada, foie-gras o salsitxes fetes a tallets rodons.

ARRÒS A LA PIRINAICA

Es sofregeix l'arròs amb oli, ceba, all picat, julivert i tomàquet. Quan està a punt, s'hi afegeix pernil tallat a quadrets i unes quantes salsitxes. S'hi tira l'aigua en la proporció que calgui, i abans de que estigui cuit l'arròs, es treu del foc i es deixa reposar un quart. En servir-se, s'hi posen al damunt talls de pebrot i foie-gras, ben destriat. En alguns indrets hi posen trossos de tonyina fregida.

ARRÒS BARCELONI

En una cassola s'hi posa meitat d'oli i meitat de llard, i s'hi tiren calamars i sípies nets i amb sal. Quan comencen a daurar-se, se'ls hi posa molta ceba, tomàquets rostits, i uns grans d'all picats, pernil a trocets, pèsols —si n'és temps—, musclos sense closca i raspats, i un tall de sobressada. Quan tot està ben fregit, s'hi posa l'arròs, que es dauri bé; s'hi tira l'aigua

necessària i s'hi posen, al damunt, uns llagostins crusos, per a que es coguin amb l'arròs. S'hi posa sal i es serveix calent.

ARRÒS BLANC A L'ESTIL DE CALELLA DE PALA FRUGELL

Es bullen 300 grams d'arròs, en molta aigua i mentre es bull, es salten a la paella, amb un xic de ceba ben picada, un gra d'all aixafat, 100 grams de tomàquet, i un ramet de julivert, també picat, tirant-ho tot per l'ordre que s'anomena, bocins de llagosta, gambes, musclos desclocats i la polpa d'unes cames de llagosta o cabra.

Cuit l'arròs s'emmotlla i al damunt s'hi fon un xic de mantega, posant-hi tot el sofregit, amb la salsa. Es pot servir amb maionesa o salsa de tomàquet.

ARRÒS A LA PATARRELLADA

Es fa de lluç de palangre o de congre gros (ventresca) o de mero. Bastant d'oli; s'hi fa coure una crosta de pa, que es treu i es deixa refredar l'oli. Quan és fred, s'hi tira, tot d'un plegat, per a sis persones, cinc o sis grans d'all, un ram de julivert i 100 grams de tomàquet ben madur, tot ben picat al tallador; 600 grams de ventresca de congre, litre i mig d'aigua freda; dos o tres cents grams d'arròs. Es posa a foc viu, que bulli aviat, i ben fort. Si el peix és lluç, s'hi tira als cinc minuts de bullir l'arròs. Si és mero, als deu minuts abans de tirar-hi l'arròs. Ha de menjar-se amb cullera. Pot posar-se a cada plat, una llesca de pa fregit.

ARRÒS CAPUTXÍ

Es sofregeix, tot plegat, all, julivert i tomàquet, amb un xic de pebre vermell. S'hi tira l'arròs i es sofregeix bé; després, l'aigua. Hi ha qui el guarneix amb pebrot escalivat. Els pèsols hi van molt bé, i encara més ous estrellats damunt l'arròs, quan aquest és quasi cuit.

ARRÒS AMB BACALLÀ

En una cassola s'hi posa meitat d'oli i meitat de llard; s'hi trinxa ceba ben fina i tomàquets cuits. Quan està a mig fregir s'hi posa una llesca de sobressada o botifarra, i un cop desfet, s'hi afegeix el bacallà, que es té preparat d'aquesta manera. Es cou en sec (per una lliura d'arròs tres unces de bacallà); quan està cuit, s'esfilagarsa, i es posa en aigua, rentant-lo bé per tal de desalar-lo. S'espremeix i es tira a la cassola del sofregit, s'hi dona unes voltes, s'hi posa l'arròs i es sofregeix tot plegat. Es pica un gra d'all, julivert, safrà i pebre, es desfà amb aigua o brou, i es tira a l'arròs, per a que bulli a foc viu.

ARRÒS DE PEIX

Per a fer aquest arròs, compreu una lliura de calamars, mitja de llagostins, mitja més de congre i quatre dotzenes de musclos.

Poseu al foc una cassola amb oli, i quan aquest és calent, s'hi tiren els llagostins i els calamars, dues cebes trinxades i un gra d'all, després s'hi tiren un parell de tomàquets madurs i un bon pols de pebre vermell. Quan tot està ben sofregit, s'hi aboca l'arròs, que es va remenant fins que no hi resti gens de suc.

A continuació, i de mica en mica, s'hi va tirant l'aigua bullenta que calgui per a coure l'arròs amb els musclos, el congre, i els llagostins (que també poden ésser escamarlans). Es deixa coure cosa d'un quart, i ja està a punt per a servir-lo a taula.

ARRÒS AMB LLAGOSTINS

Per cada lliura d'arròs que es vulgui fer, cal disposar de mitja lliura de llagostins, dues dotzenes de musclos, una ceba, un parell de tomàquets i un pebrot vermell. En primer lloc es posen a sofregir els llagostins i s'hi afegeix després la ceba ben trinxada, els tomàquets, el pebrot, all i julivert; quan tot plegat ja ha agafat un color daurat, s'hi afegeixen els musclos i, a continuació, l'arròs, deixant-ho que es sofregeixi tot plegat una estoneta més. Per fi, s'hi tira l'aigua corresponent, la sal necessària, i segueix coent-se de pressa. Abans de que sigui cuit l'arròs, per donar-li color, pot tirar-s'hi uns quants brins de safrà o un polset de pebre vermell.

ARRÒS AMB COLOMÍ

Es fa fregir el colomí tallat a trossos, amb llard i una picada feta amb cansalada, alls, julivert i tomàquet i pebrot. Quan tot això està ben sofregit s'hi aboca l'aigua corresponent amb la sal, deixant-ho bullir fins que el colomí sigui cuit. S'hi aboca l'arròs i es deixa acabar de coure.

FIDEUS A LA CASSOLA

Es rosteixen, amb dues cullerades de llard, 200 grams de cap de costella de porc o llonganissa, i s'hi sofregeixen dos grans d'all, julivert i tomàquet, ben picat, amb un pols de pebre vermell. Es cobreix d'aigua i es deixa coure. Quan és cuit, s'hi tira un quart de quilo de fideus gruixuts, que, a poc foc, van coent-se fins a quedar ben espessos. Es deixa reposar un xic abans de servir-se. Pot afegir-s'hi formatge ratllat.

FIDEUS AMB COLOMÍ

Els fideus han d'ésser gruixuts. En una cassola es rosteix un colomí, es fa a trossos i s'hi afegeix talls de pernil quadrats, d'un centímetre, o botifarra crua, i s'hi donen un parell de

voltes i s'hi afegeix tomàquet i un gra d'all ben picat; es sofregeix bé i s'hi tira l'aigua corresponent, i quan bull, els fideus, no massa trencats.

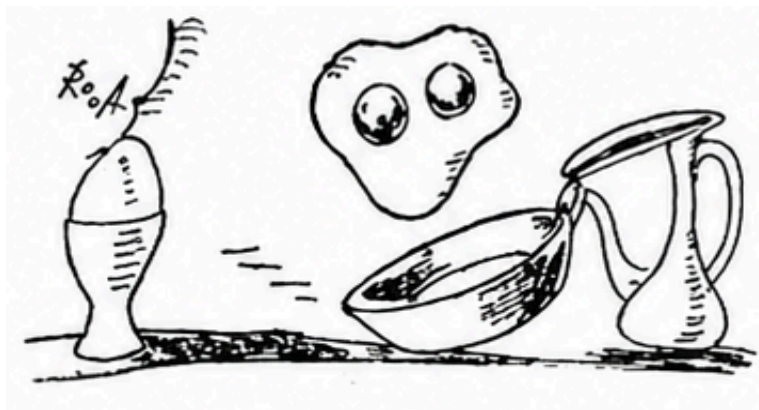
MACARRONS AMB PERNIL

Es posen 200 grams de macarrons en dos litres d'aigua bullenta amb sal i un xic de mantega de vaca; deixant-los coure durant tres quarts d'hora. Apart es ratllen 200 grams de formatge de Gruyère i 100 de Parma. S'escorren els macarrons després de cuits i s'escalfa en una cassola un bon tros de mantega de vaca fins que comenci a posar-se rojença. Sobre la mantega s'aboquen els macarrons ben escorreguts amb el formatge i un xic de pebre, es remenen bé amb foc suau i s'hi afegeix mig vas de llet. El pernil es té preparat, talladet petit (dues unces) i es tira a la cassola al mateix temps de tirar-hi els macarrons.

MACARRONS DE FESTA MAJOR

Es posen a coure els macarrons en aigua i sal durant vint minuts. En una cassola al foc, s'hi posa llard i mantega, en parts iguals; una ceba picada i pernil cru a tallets quadrats. Passats dos minuts, s'hi posen unes cullerades de salsa de tomàquet, pebre blanc i nou moscada; es deixa coure i se li tiren els macarrons, ben escorreguts, amb formatge ratllat de Parma o de Gruyère. Es deixa coure deu minuts, i es posa tot a una plata de gratinar. Es cobreixen els macarrons amb formatge ratllat, barrejant-hi una part de pa ratllat, i es ruixa amb llard. Es gratina al forn fort. S'han de servir tot bon punts cuits.





III. OUS I TRUITES

OUS LLORETENCS

En una cassola s'hi posa mig porró de vi negre, una cebeta ben picada, all, pebre, sal i un manyoc d'herbes fines. Als deu minuts de coure, es cola el brou i es posa de nou al foc. En començar a bullir, s'hi tiren els ous tal com si anessin a fregir-los. Es treuen quan estan a punt, i es col·loquen a la plata. El brou sobrer s'espesseix una mica amb farina amasada amb llard, i després que hagi arrencat el bull, es serveix.

OUS AL FORN

Fan uns caixonets de paper; s'untan amb un xic de mantega de vaca, s'hi posa una mica de pa ratllat, formatge també ratllat i julivert picat; a sobre s'hi posa l'ou (clara i rovell), assaonant-ho amb sal i pebre, i es couen al forn.

OUS A LA PRESIDÈNCIA

Es couen sis ous fins que siguin durs, així com també 600 grams d'espínacs, amb aigua i sal, esprement-los bé. Prèviament s'hauran cuit 300 grams de cigrons amb aigua i sal, que després es passaran pel sedàs. Es fa una salsa o bexamel amb 50 grams de llard i 50 de farina i llet, i s'assaona amb sal, pebre i nou moscada. Un cop cuita, s'afegeix al puré dels cigrons amb cinc grams de llard i un rovell d'ou; es barreja bé. Deixi's després al caliu. Es parteixen els ous pel mig, horitzontalment i es treuen els rovells sense trencar les clares. Es barregen els rovells amb 75 grams de «foie gras» i es lliguen amb un xic de llard fins que quedin llisos. S'assaonen i s'omplen les clares. Es sofregeixen els espínacs amb 30 grams de llard, es posen en una plata que pugui anar al forn, sobre els ous i la salsa. Es calenta al forn.

NIUS D'OU

Es fa un puré bastant espès amb mantega, patata i un rovell d'ou, i es col·loca en una plata en forma de nius. A part es bullen ous durant cinc minuts i, ja bullits, se'n posa un a cada niu. Després, amb dos fetges de gallina bullits, 50 grams de pernil i una llauna petita de tòfones, tot tallat a daus ben petits, es farà fregir amb 50 grams de mantega, afegint-hi un raix de Xerès o altre vi bo. Quan sigui ben fregit, es tira damunt dels ous, procurant que quedi ben repartit. A part es pot fer una salsa blanca amb mantega, llet, farina i un rovell d'ou, procurant que quedi ben clareta. S'aboca damunt de tot el demés, tenint cura que sigui ben calent en servir-se.

OUS FARCITS

Es posen a bullir els ous fins que siguin durs; se'ls treu el rovell. A part es fa un sofregit de ceba, tomàquet i carn de tocino, picada. Després s'hi afegeixen els rovells. Es remena bé tot plegat, es una pasta amb la qual s'omplen les clares. Al damunt s'hi tira una salsa que hi vagi bé.

OUS AMB PÈSOLS

Es fan bullir sis ous, quan siguin durs es parteixen per la meitat; a part es prepara un sofregit de ceba tallada, all, julivert i tomàquet; quan el sofregit està ben ros, s'hi afegeix una cullerada de farina, que també es fa sofregir, procurant que no es cremi. Després s'hi aboca aigua, en quantitat suficient per a que el sofregit no s'enganxi a la cassola. Després s'hi tiren els pèsols i es deixen bullir una estoneta, tot afegint-hi aigua de mica en mica; quan els pèsols comencen a ésser cuits, s'hi tiren els ous, partits en dos trossos. Es deixa coure una altre estona i es serveix calent.

OUS AMB TOMÀQUET

Es posen els tomàquets, partits per la meitat, en una plata. S'hi tira sal, i es cobreixen amb una capa de pa ratllat i julivert, tot ben picat. Es fiquen al forn. A part es fan ous ferrats, que també es posen en una plata. En l'oli amb què s'han ferrat els ous, s'hi sofregeix pernil tallats a trocets grossos; damunt de cada un d'aquests trossos de pernil, s'hi posa un dels ous ferrats, i s'acaba d'arranjar la plata amb els tomàquets, que es couen al forn.

OUS AL PLAT

En una cassola s'hi posa una mica d'aigua i es fa bullir; quan ja bull, s'hi tira l'ou com si es fes ferrat, posant la sal que calgui i es deixa al foc fins que la clara es prengui. Aquests ous poden servir-se amb qualsevol salsa.

OUS FARCITS AMB BOTIFARRA

Es trien bons tomàquets i es buiden un xic per la part superior, traient-ne tot el del mig, tenint cura de que quedin ben sencerets. Es compra una lliura de botifarra, a la qual es treu la pell, i es fregeix durant deu minuts, i amb ella es farceixen els tomàquets. S'empolsen amb pa ratllat i ou batut i es posen al forn fins que els tomàquets siguin cuits, però no trencats.

OUS PASSATS PER AIGUA

Per passar per aigua sis ous, es posa en una cassola o altre estri de dos litres de cabuda, cosa d'un litre i mig d'aigua. Quan aquesta dóna el primer bull, s'hi tiren un a un, i anant amb compte per a que no es trenquin, sis ous frescos, a ésser possible del dia. Es tapa la cassola. En havent passat un minut es retira la cassola del foc. S'assequen els ous, i es serveixen sobre un tovalló plegat.

OUS AMB SALSA

Es fan bullir ous en aigua amb sal, vuit o deu minuts; se'ls hi treu la closca i es parteixen pel llarg. S'enfarinen i es fregeixen en oli. El mateix oli serveix per a la cassola; s'hi sofregeix un xic de tomàquet —150 grams per 6 ous— i s'hi posen els ous, rovell per amunt. Es prepara una picada de 75 grams d'ametlles torrades, un gra d'all, julivert i un melindro, secall o galeta. Ben picat i barrejat, es tira sobre els ous, amb una mica d'aigua i es deixa bullir deu minuts.

OUS VELATS

Es compta un ou per persona. S'unta amb mantega una plata que pugui anar al forn i s'hi posen la meitat de les clares batudes a punt de neu i lleugerament salades. Amb una espàtula de fusta s'allisa la superfície i es fan tants forats com ous hi hagi. Es posen amb precaució els rovells en aquests forats i es tapen seguidament amb el restant de les clares. Es deixa al forn calent durant uns deu minuts. Serviu-lo com entremès.

OUS AMB ESPÀRRECS

Es talla ben petita la part tendra dels espàrrecs, i es fa bullir. Després, a part, en una cassola, s'hi posa llard, julivert trinxat, una cullerada de farina, sal, una cullerada de sucre i l'aigua necessària; quan comença a agafar el punt de salsa, s'hi tiren els bocins d'espàrrec i se'ls fa donar un bull. Després es posen en una plata que resisteixi el foc, i s'hi afegeixen els ous durs tallats en forma de daus grossos; s'empolsa de sal, pebre i una mica de nou moscada, i quan ha arrencat el bull, es treu del foc, servint-se tot seguit.

MANDONGUILLES D'OU AMB SALSA BEXAMEL

Es bullen els ous; les clares es piquen molt fines, els rovells s'aixafen, barrejant-los amb les clares, assaonant-ho amb julivert picat, sal i pebre. Es formen unes mandonguilles petites, s'emboliquen amb pa ratllat i després en ou batut. Es fregeixen en llard ben calent. Es fa salsa bexamel i s'hi posen les mandonguilles.

TRUITA MASOVERA

Quan l'oli és roent, s'hi tira una cebeta tallada pel llarg i mitja cullerada de llard. A mig coure tres minuts, posant-hi després uns quants pèsols i un tomàquet pelat, ben picat. En ésser a mig coure, unes quantes mongetes tendres bullides, tallades, o mongetes seques, així mateix bullides. Després, els ous, i s'acaba de coure.

AGAFA-SANTS

Es fa a la paella una truita amb dos ous i farina, i un cop ben cuita es talla a talls. A la cassola, amb oli o llard, es sofregeixen cent grams de tomàquet i s'hi tira una picada d'un gra d'all, julivert, ametlles torrades, una crosta de pa ratllat i pèsols, si n'és temps. Es deixen coure i s'hi posen els talls de truita, deixant-ho al foc cinc o deu minuts.

TRUITA DITA A LA FRANCESA

Es pot fer amb oli, però és millor si es fa amb llard. A la paella s'hi tira solament una llengüeta de llard; quan aquest és calent, s'hi aboquen els ous, que s'hauran batut a part, posant-hi un xic de julivert, un raig de llet i la sal que calgui. La truita es doblega a la paella, donant-li una forma allargada. Ha de quedar un xic crua de dintre.

TRUITA A LA JARDINERA

Es fa fregir una patata i una ceba; es treu del foc i es fa fregir també un pebrot vert i una albergínia. A part es fan bullir mongetes tendres i pèsols. Tot plegat es trinxa ben petit, es debaten els ous i es fa la truita a la jardineria.

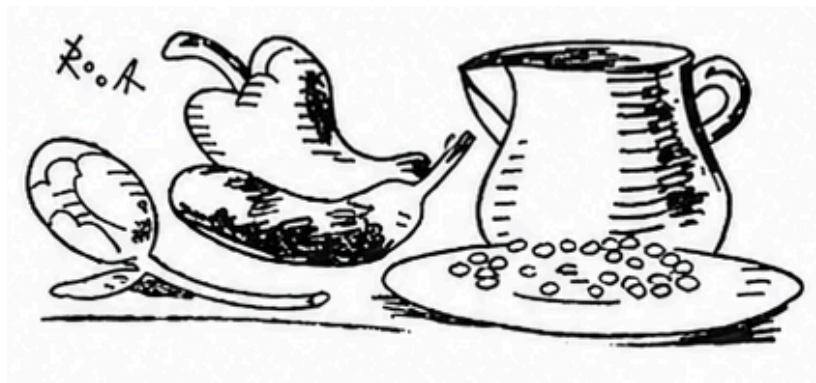
TRUITES FARCIDES

Es fan les truites rodones i al mig s'hi posa una quantitat de carn picada. Després es dobleguen les truites com si fossin a la francesa i es posen en una safata voltades d'enciam, escarola, api, ous durs tallats a quadrets, pernil, anxova i raves.

DAUS A LA PAGESA

Es fa una truita amb cigrons, mongetes, pèsols, col o espinacs, fent que quedi ben gruixuda. A part es fa sofregir ceba, tomàquet, all, julivert, canyella en pols, pa torrat ratllat, sal i pebre. Quan el sofregit és un xic ros, s'hi tira la truita tallada en daus d'uns quatre centímetres quadrats, i després de donar-los-hi uns quants tombs amb el sofregit, ja pot servir-se.





IV. VERDURES, LLEGUMS I PATATES

MONGETES A LA SELVATANA

En una olla s'hi couen les mongetes amb herbes aromàtiques i sal. Ja cuites, se les hi afegeix col blanca, a trocets petits, patata també a trocets, pa ratllat i un xic de pebre blanc, en pols. Apart, en una paella amb oli, es fregeix una ceba picada. Quan comença a daurar-se s'hi afegeix farina i un pols de pebre, es barreja bé i es tira a l'olla, amb un xic de safrà i dos alls picats, i es deixa coure de nou al costat del foc.

MONGETES ESTOFADES

Es tallen les mongetes tendres, ben primes, es bullen i un cop bullides i escorregudes, es posen a sofregir en una olla, amb oli. S'hi afegeix ceba picada i un cop rossa, pernil o cansalada viada. Es deixa sofregir una mica. Es tapa amb un plat amb aigua, i d'aquesta, se n'hi van tirant cullerades fins que són cuites les mongetes. Per l'estil es fan, estofades, les mongetes seques.

MONGETES TENDRES A L'ESTIL DE SANT CARLES

Es couen les mongetes tendres amb aigua un xic salada. S'escalfa oli amb un gra d'all, sencer, a la paella. S'hi afegeixen les mongetes i es tenen al foc cinc o sis minuts. S'hi posa sal i pebre, i s'hi afegeix una cullerada de puré d'anxoves, desfet en oli. S'escalfa sense que arribi a bullir. Es treu l'all i es serveixen, barrejades amb talls de bacallà fregit o sardines fresques, fregides.

MANDONGUILLES DE MONGETES

Es prepara un bon puré de mongetes seques, procurant que sigui ben espès. S'hi afegeix una ceba trinxada i un parell d'ous durs trinxats també. Es barreja bé, i amb la pasta que en resulta es fan les mandonguilles, amb l'ajuda d'una xicra, en la qual s'ha de posar una mica de

farina. S'ha de fer per manera que no siguin més grans que una nou, i es fregeixen amb oli. Es prepara tot seguit, i apart, una salsa amb una miqueta d'all, ceba i tomàquet, trinxat tot, es sofregeix, i un cop rosset s'hi afegeix una mica de farina i ametlles torrades picades amb el morter. S'hi posa una xicreta d'aigua o brou vegetal, afegint-ho a les mandonguilles, deixant-les coure una estoneta amb aquesta salsa.

LLENTIES ESTOFADES

Es couen les lleties amb aigua abundant. Quan han fet un bull, es tornen a coure en aigua nova, assaonant-les amb sal, llorer i claus d'espècia. Es fa un sofregit de ceba, alls picats, i es tira aquest sofregit a les lleties, afegint-hi un xic d'oli cru.

LLENTIES AL FORN

Es fan coure lleties i després es prepara un puré ben espès. Es barreja aquest puré amb una quantitat suficient de pa ratllat i llet en proporció; es forma una pasta espessa, donant-li forma de panets, que es couen al forn, untant-los prèviament amb mantega. Es serveix amb una abundant salsa de tomàquet posada a la salsera.

POTI-POTI DE LLENTIES

Es trien les lleties, bullint-les amb aigua freda a bon foc fins que estiguin cuites. S'hi posa la sal convenient.

Es fregeix amb oli una llesqueta de pa i un parell de granets d'all. Es piquen després al morter amb un raig de suc de llimona. S'aboca l'oli de fregir els alls a les lleties i es passen pel sedàs, formant un puré espès, però bé que no massa. S'uneix a aquest puré l'all aixafat. Cal que bulli una estoneta més i es serveix.

LLENTIES AMB CANSALADA

Es bullen les lleties i s'escorren, després de cuites. Es fregeix en llard un tros de cansalada tallada a trossos petits, i s'hi afegeix una o dues tasses de brou, el necessari per a coure les lleties. Es treuen i s'espesseix el brou amb un xic de farina. Es deixen coure una estona i s'empolsen amb un xic de pebre i un raig de vinagre.

COLES I PÈSOLS A LA MARINERA

Primerament es fa bullir la col i els pèsols. Després, amb la col, es fan uns petits farcellets amb un bocí de mantega de vaca al mig. Es posa tot en una plata, al mig els farcellets de col i al voltant els pèsols. Finalment, s'hi tira a sobre una bona quantitat de musclos sofregits amb oli, sal i pebre, i tot plegat es serveix ben calent.

ESPINACS

Es fan bullir, i a fi de que quedin verts, s'aboquen en aigua freda. Després s'escorren i es fan sofregir una bona estona a la paella. Al moment de servir-los, es poden barrejar amb qualsevol salsa.

BUNYOLS D'ESPINACS

Es fan coure els espinacs amb aigua i sal, s'escorren bé i es trinxen ben fins. Es passen per la paella amb una mica d'oli ben bullent; s'hi afegeixen unes quantes cullerades de salsa blanca ben espessa, assaonant aquest puré amb sal, pebre i una raspadura de nou moscada. Es treu del foc, afegint-hi dos rovells d'ou per cada lliura d'espinacs. Es posa oli en una paella, i quan sigui ben calent s'hi van tirant cullerades d'aquest puré, tenint cura que no s'enganxin les unes amb les altres. Quan els bunyols són cuits, es posen en un plat i s'hi tira formatge ratllat per sobre.

ESPÀRRECS

Primerament es netegen bé els espàrrecs i es tallen les puntes, que es posaran a coure amb aigua i sal, i després de cuits es retiraran del foc, deixant-los escórrer bé. S'hi afegirà una salsa feta amb oli, vinagre, sal, pebre i julivert picat.

FAVES A LA CATALANA

En una olla es posen 100 grams de cansalada per cada 1.200 grams de faves i en la mateixa proporció s'hi sofregeixen cebes ben picades i un cap d'all, que es treu un cop s'ha enrossit bé. S'hi afegeixen sis talls de botifarra de sang i sis de botifarra blanca, donant-los-hi un parell de volts per a tirar-hi les faves amb un brot de menta. Es va sacsejant. L'olla es tapa amb un plat soper amb aigua. Foc més aviat lent.

S'hi poden afegir pèsols en quantitat igual a les faves. En alguns indrets hi posen també patates tendres i en altres fan el guisat amb pèsols sols.

FAVES SANT ISIDRE

Molt semblant al plat anterior, es prepara així:

En una olla de terra, s'hi tiren les faves un cop netes, amb cansalada en abundor, botifarra negra, llard i un xic d'oli, uns alls, pebre, menta, una mica d'aiguardent, sal, alguna espècie, un xic d'aigua i un gotet de vi blanc. Tot es posa al foc, poc viu, tapant l'olla amb un paper d'estrassa i al damunt, posant-hi una cassola amb aigua. Es remenen amb la mateixa olla per a que no s'agafin i quedin amb el suc.

FESOLETES AMB SUCRE

Plat típic de l'Empordà. Els fesolets, un cop bullits, es piquen al morter i es fregeixen, i abans de servir-se, s'empolsen amb sucre fi.

MANDONGUILLES DE PATATES

S'han de pelar i coure unes patates de bona qualitat; s'aixafen al morter amb rovells d'ou, en la proporció de vuit rovells i quatre unces de sucre per cada lliura de patates. Ben barrejat tot, es fan les mandonguilles amb les mans enfarinades i es fregeixen amb mantega de vaca o oli bullint. Es serveixen empolsant-les amb sucre o canyella.

BUNYOLS DE PATATES

Es fan bullir les patates, i després es piquen al morter, convertint-les en pasta. S'hi tiren dos ous ben batuts, una cullerada de sucre i la farina que calgui per a espessir-ho fins al punt que es desitgi. A la paella es fregeixen cullerades de pasta en oli ben calent. Quan es serveixen s'ensucren pel damunt.

CROQUETES DE PATATA

Es bullen vuit patates, i després de pelades, s'escorren i piquen en un morter; s'hi afegeix sal, pebre, nou moscada, formatge ratllat, julivert picat (un xic), tres rovells d'ou i una cullerada de mantega de vaca. Es fan les croquetes amb aquesta pasta en forma de pera, es banyen d'ou batut, es passen per pa ratllat i es fregeixen amb oli.

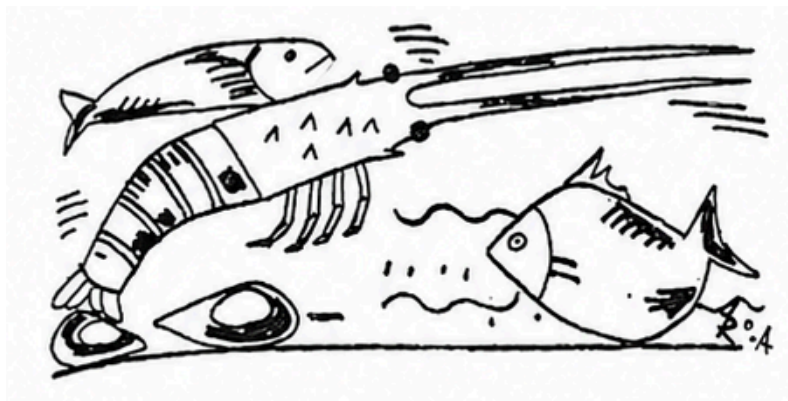
CROQUETES DE PATATES I PERNIL

Es couen 400 grams de patates, es tallen i es desfan. Es pica ben menut 200 grams de pernil; es barreja bé amb la patata, posant-hi dos rovells d'ou; després es van formant les croquetes; s'embolcallen en clares batudes, i després en pa ratllat; es fregeixen i es serveixen amb ramets de julivert.

PATATES A LA CATALANA

En una cassola, s'hi posa meitat de llard i meitat d'oli. S'hi fregeix una ceba i un parell de grans d'all, tot picat, i a mig daurar, s'hi tiren dos tomàquets sense pell i un polset de pebre vermell. Quan tot està ben sofregit, s'hi posen les patates tallades a grills, i quan han pres color, s'hi tira l'aigua necessària per a que s'estovin, amb una picada d'avellanes torrades.





V. PEIX I MARISC

BACALLÀ A LA LLAUNA

Es sofregeixen a la paella, amb força oli, els talls, quadrats, de bacallà, que un cop cuits es posen a la llauna amb l'oli sobrer, coberts d'una barreja de dos o tres grans d'all, un ramet de julivert i mitja lliura de tomàquets, tot ben picat, ficant-se al forn. Es va regant amb cullerades d'oli i quan ja és cuit, s'empolsa amb pa torrat, picat. Es posa un moment al forn i pot servir-se. A manca de forn, es posa foc al damunt.

BACALLÀ MODEST

Es posen a la cassola tres cullerades plenes d'oli, patates a talls rodons, el bacallà, a talls, i mig cap d'alls, tot en fred. En posar la cassola al foc, s'escalfa amb aigua bullenta, que ho cobreixi tot i es deixa coure a foc viu.

BACALLÀ A LA MARINERA

Després de tenir vint-i-quatre hores, en aigua freda, un tros de bacallà perquè es dessali, es posa a coure en una olla, apartant-lo del foc, tan bon punt comenci a bullir. Es posa en una cassoleta llard, julivert i all, deixant-ho desfer a poc foc. Es neteja el bacallà traient-li les espines i es fa a trossos, tirant-lo a la cassola amb el suc. De quan en quan, se li afegeix oli fi o llet, i quan ja està espessit, caldrà tenir cura de remenar molt la cassoleta damunt del foc, per tal de que el bacallà es converteixi en una mena de nata.

En alguns indrets de la costa, un cop dessalat i cuit el bacallà, el posen en la plata on ha de servir-se —net d'espines i de pell— i hi afegeixen all picat al morter, julivert, ceba picada, llimona a rodanxes, un polset de pebre, dues cullerades d'oli i una mica de llorer. El bacallà s'ha de posar damunt la salsa, cobert amb una capa de la barreja i ruixat de pa ratllat. Es posa la plata al fogó, procurant que bulli poc a poc i es posa una estona al foc perquè agafi color.

BACALLÀ A L'ALL

Es cou el bacallà després de dessalat i es piquen comí i alls, amb molles de pa mullat. Es posa tot en una tassa fonda i s'hi tira poc a poc oli i pebre picat fins que prengui color. Es bat a una mà, i quan hom creu que té prou oli, s'hi tira vinagre i un xic de l'aigua amb què ha cuit el bacallà. Es posa aquest al damunt i es menja fret.

BACALLÀ A L'ESTIL DE CULLERA

Després de tenir el bacallà un dia sencer en remull, es posa a coure, i quan estigui a punt de bullir, es treu l'escuma i s'aparta del foc, deixant-lo ben tapat fins que hagi passat un quart. Aleshores es treu de l'aigua i s'escorre. En una cassola apart, es desfà en llet, llard, nou moscada, farina i un polset de pebre, afegint-hi el bacallà, ben escorregut, i es deixa coure poc a poc.

BACALLÀ A LA PROVENÇAL

Es posa, al fons d'una cassola, una bona capa de llard, amb ceba ben picada. Al damunt una de patates novelles, crues, ben pelades, i al damunt d'aquestes, els trossos de bacallà salat. Es tapa la cassola hermèticament, amb un paper d'estraça untat i es fa coure, a foc suau, mitja hora. Es serveix en una plata, voltat de patates.

BACALLÀ AL FORN

Es tenen en remull, durant vuit hores, els trossos de bacallà. Se'ls treu la pell i les espines i es fan a tires primetes. Es cobreix amb oli fret el fons d'una cassola i s'hi posen els trossos de bacallà escalonats. Es cobreix la darrera capa amb pa ratllat i un xic de julivert ben picat, i es ruixa amb força oli. Es té al forn a poc foc, una mitja hora, i es serveix.

BACALLÀ TARRAGONÍ

Bullit un tros de bacallà, i tretes les espines, es pica en un morter; després es posa al foc un cassó amb farina i llet, fent que es cogui a poc a poc, fins a fer-se una pasta; es barreja amb el bacallà picat, es fregeix ceba ben picada i bocinets de pernil i del conjunt es fan croquetes, les quals es fregeixen arrebossades amb ou i pa ratllat.

Es pica julivert amb sucre i llard, es deixa amb aigua i vinagre i es posa vora el foc perquè bulli. Quan hagi agafat el bull, es tira ceba fregida i les truites, també fregides, servint-ho molt calent.

BACALLÀ A LA CATALANA

Es fa sofregir tomàquet i ceba amb un polset de farina, sal i l'aigua que calgui per a la salsa. Quan arrenca el bull, s'hi tiren pèsols o patates, segons el gust de cada u. El bacallà s'haurà fregit a part, ben enfarinat, i s'afegeix al guisat quan les patates o els pèsols estiguin ja mig cuits. En ésser tot cuit, es treu del foc, es posa en una plata i es guarneix amb ous durs, tallats en rodanxes.

BACALLÀ AMB COLIFLOR

Es dessala el bacallà, es tria i es cou amb brots de col-i-flor molt blanca; quan tot és cuit, s'escorre l'aigua. Es sofregeixen en oli dos o tres dents d'all, i, ja fregits, es deixa refredar un xic l'oli, afegint-hi pebrot vermell i un xic de l'aigua on hi ha bullit la col-i-flor i el bacallà.

BACALLÀ A LA CASSOLA

Es posen a coure en una cassola filets de bacallà (trossos prims sense espina), amb una bona quantitat de llard, dues cullerades d'oli d'oliva, anxoves, pernil i cebetes, tot ben picat, i un polsim de pebre, remenant-ho fins a fer que es barregi bé el llard i l'oli. Quan ja està a punt, es posa en una plata i es treu a taula, coronat amb pa ratllat passat pel sedàs.

BACALLÀ AMB PANSES I PINYONS

El bacallà, enfarinat, es fregeix a la paella. A la cassola, s'hi sofregeixen tomàquets, un gra d'all i julivert ben picat, i a mig coure, s'hi tiren panses —netes de capoll— i pinyons crus. Ha de coure uns deu minuts. Seguidament s'hi posa el bacallà, amb un xic d'aigua, i després d'estar mitja hora escassa a foc viu, pot servir-se.

BACALLÀ A LA BARCA

Remullat el bacallà i tallat a trossos, es renta bé i es posa en una cassola fonda, amb igual volum de patates, tallades a talls grossos, un xic de farigola i una fulla de llorer. Amb aigua es cobreix tota la superfície. Es fa coure, estant tot ben tapat.

Mentre, es prepara un all-i-oli ensafranat, que es mulla amb el suc del bacallà, es remena bé i es tira tot damunt d'aquest. Es mou naturalment la cassola tapada, pel tal que s'empapin bé els ingredients. Es tapa, es deixa prop del foc i pot servir-se.

BUNYOLS DE BACALLÀ

Es dessala un tros de bacallà; se'n treuen les espines i la pell. Es pica al morter fins a reduir-lo a pasta i aleshores s'hi afegeix all i julivert, picat. Es fa una pasta espessa de farina, llet (o aigua) i una clara d'ou a punt de neu. Es barreja el bacallà. Es posa una paella al foc,

amb bastant oli. Quan aquest està ben calent, amb una cullera grossa s'agafa una porció de pasta i bacallà i es posa a fregir. Se'n poden fregir alguns cada vegada. S'escorren bé i es serveixen en una plata adornada amb julivert i rodanxes de llimona.

És un menjar molt bo i que no resulta car, i fàcil de fer, per la qual cosa és recomanable per a les famílies nombroses.

CROQUETES DE BACALLÀ

Primerament es fa bullir el bacallà, traient-ne després les espines i la pell, i es pica al morter. En una cassola s'hi posa oli; es fregeix ceba tendre i alls ben picats, sense que arribi a agafar color. Quan la ceba està ben fregida, s'hi aboca el bacallà i es fa sofregir una estona tot plegat, afegint-hi julivert picat i una quantitat raonable de llet. Es deixa arrencar el bull i s'hi tira la farina necessària perquè formi una pasta espessa. En treure-ho del foc, s'hi afegeixen dos o tres rovells d'ou, i es deixa refredar, per a després donar-li, amb una cullera o altre estri, la forma de croquetes. Es fregeixen amb oli, després de passar-les per farina.

SARDINES ARREBOSSADES

Després d'haver-les netejat, se'ls treu l'espina i es deixen obertes. S'hi tira la sal corresponent, es passen per pa ratllat, ou batut i altra vegada pa ratllat i es fregeixen amb oli ben calent.

CRESTES DE PEIX

Es fa primerament una pasta molt treballada amb un got d'aigua, una cullerada de llard, una cullerada petita de pols de llevat i sal. Aquesta pasta es deixa reposar cosa d'una hora, embolicada amb un drap i en un lloc calent.

A part es fa fregir peix (si pot ésser lluç) i, després de cuit, se li treuen les espines i la pell i es trinxen; aquest peix trinxat es barreja amb una picada de ceba i tomàquet. Damunt d'un marbre, i amb l'ajuda d'un corró, després d'haver-hi posat un pols de farina, a fi de que no s'enganxi, s'hi posa un bocí de pasta, s'omple de peix i es doblega, donant-li la forma d'una cresta, fent les ondes amb una forquilla de metall. Tot seguit es fregeixen amb oli ben calent, i es deixa escórrer bé per a servir-les ben seques.

BESUC EN SALSA POULETTE

Es neteja un besuc d'un quilo. Se li fan tres o quatre talls a sobre, a banda i banda, posant en cada un una rodanxa de llimona sense pell ni llavors. Es posa el peix en un estri de rostir amb julivert picat i all, si agrada; s'assaona i es rega amb un xic d'oli de bona qualitat i es posa al forn fort.

Es prepara una salsa amb brou, 30 grams de llard i una cullerada de farina, remenant-ho tot per a que no s'agrumolli. Es retira el peix del forn i s'afegeix el seu suc a la salsa, deixant-ho coure un moment, afegint-hi una culleradeta de vinagre, i vegi's si manca sal. Retiri's la salsa del foc, colant-la; es calenta i s'hi afegeixen dos rovells d'ou prèviament batuts i units amb un xic de brou, tenint cura que no s'agrumollin; es retira del foc i s'hi afegeix una cullerada de llard, unint-ho bé, i es tira sobre el besuc, servint-ho tot seguit. Aquesta recepta pot usarse amb qualsevol peix semblant.

BACALLÀ A LA PESCADORA

Cuit el bacallà, es posa a la plata amb una mica del seu mateix suc, en el qual s'hi desfà un rovell d'ou cuit, un all picat al morter i un xic de pebre. S'hi tira oli cru, vinagre i cebetes cuites amb el mateix bacallà.

BACALLÀ AMB MEL

Quan s'hagi fregit el bacallà, es posa a escórrer; després es fa la pasta següent: per cada deu porcions de bacallà s'hi posa una mica de farina, tirant-hi una tassa de mel i fent la pasta amb aigua. Un cop fet això, es posa la paella al foc amb un xic d'oli, de manera que sigui ben calenta, la qual cosa es farà sempre que es tingui de fregir, i mullant les proporcions amb la pasta es fregeix. Aquest plat procedeix del monestir de Poblet.

MUSCLOS A LA CATALANA

Es netegen i raspen bé. En una cassola amb oli abundant, es fregeixen alls i una ceba picada. Quan tot està un xic daurat, s'hi tiren els musclos, als que s'hi posa sal i un xic de pebre picant. Quan tot hagi bullit uns cinc minuts, s'aparta i es serveix amb julivert picat.

MUSCLOS A LA RIBA

Un cop oberts, a la cassola o a l'olla, s'escorren i s'hi tiren, per cada dues dotzenes, 150 grams de ceba ben picada, un ramet de julivert i 150 grams de tomàquet. La ceba es deixa rossejar una mica.

FILETS DE PEIX

El peix més a propòsit per a això és el lluç. S'han de triar les rodanxes més grosses possibles, es renten i es posen a escórrer amb sal. Després, amb unes tisores es tallen a tiretes, es banyen amb ou i farina i es fan fregir amb força oli. S'hi tiren d'una a una fins que restin ben daurades.

TONYINA A LA CATALANA

Es prepara la tonyina, a talls, damunt la plata en que s'ha de servir, amb oli, julivert i herbes fines, ben picades. Es cobreix amb molla de pa ratllat i es fa que agafi color al forn.

RAJADA «LA CAVA»

Es neteja i es treu la pell de la rajada, i després de tallar el peix en filets de dos o tres dits de gruix, es fa coure amb llet i llard, afegint-hi una cullerada de farina, dues cebes, un manat d'herbes fines, pebre, sal i clavells d'espècia. Quan siguin cuits els filets, s'escorren i es deixen refredar; es passen, un cop freds, per llard calent i després de passar-los per pa ratllat, es posen a la graella, per a servir-los després amb salsa picant, rodejats de llesques de pa fregit amb oli.

LLUÇ AMB ANXOVES

Després de netejar el lluç, s'adoba amb sal i suc de llimona. Es posa a la cassola amb unes tallades de llimona al damunt, es ruixa amb oli i vi blanc i s'hi afegeix després llorer i farigola. Es posa, aleshores, el lluç al forn, on s'hi té mitja hora.

Deu minuts abans de servir-lo es treuen les rodanxes de llimona i es guarneix en plata amb anxoves, ben netes i dessalades. Es pot servir amb una amanida.

LLENGUADO A LA MARINERA

Després de net el llenguat, s'adoba amb sal i es passa per farina. Es fregeix a foc viu amb molt oli i molt suc de llimona. Un cop cuit, s'hi afegeixen tàperes picades amb julivert. Es pot voltar el plat de patates fregides, ben seques.

ANGUILES A LA MARINERA

Es tallen les anguiles a talls i s'hi posa sal i suc de llimona. A part es fa un sofregit de ceba, alls i julivert i una mica de salsa de tomàquet. S'hi tiren les anguiles. Quan ja són cuites, es posen en una plata i es serveixen amb salsa maionesa.

CALAMARS AMB TOMÀQUET

Després de netejar bé els calamars, es sofregeixen en una paella amb oli, sal i pebre; un cop sofregits, es tiren a una cassola i es cobreixen amb salsa de tomàquet; es fan bullir un xic i es retiren, empolsant-los amb julivert picat finament. Es serveixen amb llesquetes de pa fregides amb mantega de vaca.

PEIX ROSTIT

Es netegen i buiden els peixos (molls, truites, etc.). En una plata que pugui anar al forn s'hi posen dues cullerades de llard, dues o tres cebes tallades a trossos, una mica de julivert, sis cullerades d'oli, dues de vinagre, una mica d'all, pebre i sal. Es posa al forn amb el peix, el qual es va mullant de tant en tant amb la mateixa salsa. Quan ja és ros d'un costat, es tomba amb precaució. Quan sigui ben daurat, es passa la salsa per un colador i es serveix calent.

OSTRES SULTANA

Es posen al foc amb mig vas de vi blanc dues o tres dotzenes d'ostres. Quan ha fet dues bullides, es posa el suc en un altre estri, passant-lo per un sedàs. Es passen les ostres per aigua freda, i es posen en altra cassola amb tres cullerades de farina torrada. Feu que la barreja doni una bullida; s'hi afegeixen uns rovells d'ou batuts, es posa al mig d'un plat guarnit amb arròs cuit i es rega el guisat amb el braó de cocció del vi.

LLUÇ ARREBOSSAT

Es fregeixen les rodanxes de lluç, arrebossades amb ou i pa ratllat. A part es fa una salsa al morter amb pinyons, all i julivert; mentre es va picant tot això, s'hi afegeix unes gotes d'aigua, que, en total, facin una cullerada. Després s'hi afegeix una xicra d'oli i el suc d'una llimona. Aquesta salsa es treballa al morter, tirant-se damunt del lluç i servint-se fret.

TRUITES DEL FRESER FARCIDES

Un cop netejades les truites, es farciran amb olives, pebrots en conserva, ametlles pelades i partides, julivert i cebes, tot ben picat i amanit amb oli, vinagre, pebre, sal, tòfones i orenga. Es ratlla pa, amb el qual es cobreixen les truites, juntament amb sal i pebre, ruixant-les una per una amb paper untat de llard. Es posen a la graella, i quan siguin cuites, es serveixen sense treure el paper.

SARDINA A LA LLAUNA

Quan l'oli està calent, s'hi posen les sardines, passades per farina, amb la seva corresponent sal. Quan estan daurades de la part de sota, se les gira i s'hi tira pebre, bastant tomàquet sense pell i a trocets, all i julivert pel damunt. Es rebossen amb pa ratllat, fregides amb el mateix oli.

PEIX A LA MARINERA

En una cassola, amb tres cullerades d'oli, s'hi posa tomàquet i una mica d'all tendre. S'hi tira el peix a trossos i es mig cou a bon foc, afegint-hi un ramet de julivert picat i una cullerada

d'allioli negat. S'hi tiren dues o tres xicres d'aigua i es deixa coure, no massa. També pot fer-se, fent coure all i julivert ben picat, amb una mica de safrà torrat: l'aigua i mitja cullerada de farina. Després de deu minuts, s'hi tira el peix i es deixa coure.

LLAGOSTA AMPOSTINA

Es cou amb molt foc, amb aigua i sal i un bon raig de vi. Un cop freda, es frega amb un drap per a donar-li color, i es serveix amb salsa vinagreta, tàrtara o maionesa.

LLAGOSTA A LA CATALANA

Es talla la llagosta a trocets. Mentrestant, es té al foc una paella, a la qual s'hi afegeix un all, ceba picada i tomàquet. Quan la fregida està a punt, es tira a la paella la llagosta i es fregeix a foc viu. Després es ruixa amb una copa de vi ranci i s'hi afegeix aigua un xic salada i julivert ben picat.

«ZARZUELA»

Per una ració es talla un calamar en rodanxes o un popet cuit abans, uns quants musclos, un tall de lluç, i un parell de llagostins. No cal dir que poden afegir-se altres peixos de qualitat. Es posa damunt del foc una paella amb oli i s'hi fregeix un xic de ceba picada. S'hi posen els peixos, amb una mica de tomàquet picat, alls i julivert. Es salta al foc viu, s'adoba amb sal i pebre blanc en pols, es ruixa amb vi blanc i unes gotes de rom. Quan minvi, es posa al plat, amb un xic de suc de llimona i crostetes de pa fregit. És aquest plat popularíssim a Barcelona.

ANGUILES COSTA BRAVA

Se'ls treu la pell, es renten i es parteixen en dos trossos, posant-les en una cassola amb oli, alls i julivert picat, safrà, pebre i canyella. S'hi tira un xic d'aigua i mentre es couen, es piquen al morter unes quantes ametlles amb molla de pa. Es junta la picada amb les anguiles i es deixen bullir fins que la salsa estigui al seu punt.

SARDINES A TALL DE PESCADOR

Les sardines han d'ésser ben fresques, si pot ésser acabades de pescar, i es passen, senceres, tal com pinta, per aigua salada. S'agafa una verga o espart, amb la qual s'enfilen set o vuit sardines per les ganyes i s'aniran coent, enfilades així, sobre les flames. S'hi tira un polset de sal i es serveixen calentes.

GUISAT DE ROGERETS

Es posa en una cassola una ceba picada, dues pastanagues, una fulla de llorer, herbes fines, pebre, sal i mig litre de vi blanc. Quan tota aquesta salsa comença a bullir, s'hi tiren els rogerets, netejats per endavant i es deixen coure un quart i mig, després es treuen d'aquesta salsa per a posar-los en salsa italiana, a la qual s'hi afegeixen els fetges, ben picats, que s'haurà tingut cura de guardar.

BARREJA DE MARISC

Es posa el marisc a coure en foc viu, perquè s'obrin bé les petxines; es treu la nyàmara i es deixa d'un quart a un quart i mig en suc de llimona perquè se n'empapi bé. Es baten bé els ous que es creguin necessaris, procurant que siguin frescos; s'hi afegeix sal, pebre picat i llet de cabra, en una porció d'una cullerada per cada dos ous. Un cop debatut es tira a la paella amb la nyàmara del marisc, procurant que els ous no s'endureixin gaire. Quan es serveix, es fa en una plata plana amb una corona de llagostins i fulles de julivert.

CONGRE A L'ESTIL DE CADAQUÉS

Es renta i talla a tiretes la carn d'un congre i es posa en un escabetx per espai de dues hores. Un quart abans de servir-lo s'escorren els trossos, es passen per farina i es tiren a la paella, bullint. Així que hagin pres un color daurat, es treuen i serveixen calents damunt d'un ram de julivert fregit.

PAGELL MARINERA

Després de net i preparat, se li fan unes incisions pels costats i es posa a marinar per espai de dues o tres hores. Amb sal, ceba, julivert, vinagre —o suc de llimona—, i una hora abans es posa a la graella, untada amb oli, i s'apropa al foc, ruixant-lo de tan en tan amb oli i suc de llimona. Es serveix amb salsa de tàpares i anxoves apart.

MOLLS A LA TORTOSINA

Després de netejats, es posen els molls amb sal i oli per dues o tres hores, girant-los sovint. Després, es separen tallant-los-hi els caps i les cues. Deu minuts abans de servir-los, es passen, en un plat que vagi al foc, amb molla de pa raspada, posant-los al foc fins que estiguin cuits. Es treuen i es posen en una plata amb una salsa de tomàquet barrejada amb el suc amb el qual s'hagin cuït, una cullerada de julivert tallat, així com també un gra d'all, amb anxoves passades pel sedàs, el suc d'una llimona i mantega, tot barrejat i treballat prop del foc.

LLAGOSTA SANT SEBASTIÀ

S'obre la llagosta i es pica la seva carn a trocets, que es couen a poc a poc, a tall d'estofat, afegint-hi ceba ben picada i un tros de xocolata ratllada, si pot ésser de la pedra, millor. També s'hi tira oli i sal.

ANXOVES A LES MEDES

S'agafen anxoves fresques i es couen en aigua, sal i pebre. S'escorren i després de treure'ls-hi l'espina es posen en una plata que vagi al foc, partides pel llom en dos trossos i regades amb una salsa feta amb oli, ou i alls. Es serveixen molt calentes, empolsades amb pebre i julivert, i voltades de rodanxes de llimona.

TRUITES A LA SALARDÚ

Es fregeixen les truites —a poder ésser del Freser o del Garona—, amb llard. Es un morter s'hi pica julivert, llard i sucre, desfent-ho amb un xic de vinagre i aigua. Es posa al foc, remenant-ho bé fins que estigui cuit, i s'hi afegeix ceba fregida, i després, les truites, que han d'acabar de coure en la salsa.

PEIX A LA VINAGRETA

Es preparen dos ous bullits, olives, pastanaga, cebetes, tot molt picat, i se li tira oli i vinagre. El peix, ja bullit abans, es posa en una plata i se'l banya amb la salsa, servint-se tot seguit.

VERATS A LA LLAUNA

Els verats són bons fregits. Hi ha qui li agraden freds, però són millors a la llauna. S'obren pel llarg —si es vol, es treu l'espina—, després de treure'ls el cap, s'enfarinen, fregint-los a la paella. Fregits que són, es posen a la llauna i s'arrangen com els molls o rogers. També és bona, així, la sardina.

LLUÇ AMB PÈSOLS

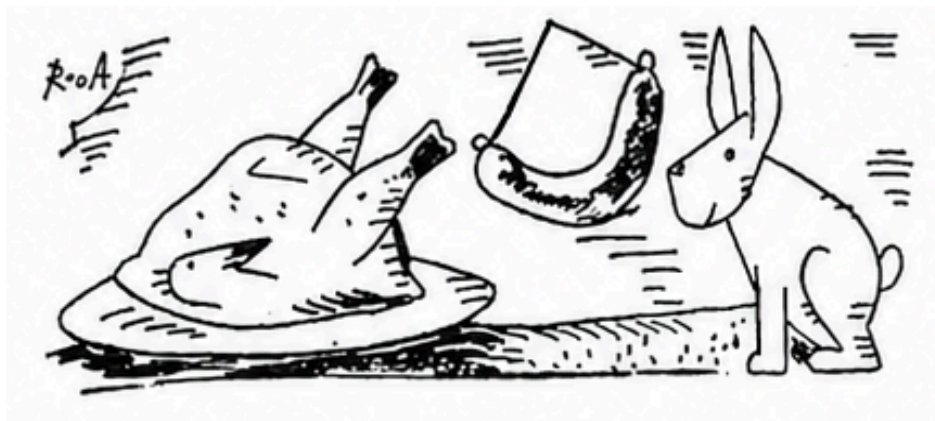
El lluç de palangre, tallat a rodelles i enfarinat en sec, es fregeix a la paella; quan és ros, es posa a la cassola amb oli sobrer, on abans, en dues cullerades d'oli, s'hi han sofregit dos grans d'all, un ramet de julivert i 100 grams de tomàquet, amb 400 de pèsols, fins a ésser cuits. Es deixa coure deu o dotze minuts més amb una mica d'aigua.

LLENGUADO FREGIT

Es prepara, buida i neteja el llenguat, fent-li una incisió en la part pelada. Es posa a remullar en llet, es treu i s'arrebossa amb farina per tots dos costats. Es posa a coure amb oli no molt

calent, tenint compte de que augmenti el calor per a que quedi ben daurat. Després d'escorregut amb cura es posa en una plata amb un tovalló petit, i s'adorna amb julivert, passat per la paella, i llimona partida.





VI. CARN, POLLASTRE, CONILL I PORC

LLOMILLO AMB MONGETES

Un dels plats més típics de la nostra cuina, que en el vuitcents donà gran nomenada a la fonda d'en Falcon. Es fregeix, a foc viu, amb llard, el llomillo tallat a gruix discret. Quan rosseja s'hi tiren les mongetes, bullides prèviament, i moments abans d'ésser rosses, empolsades amb una mica de julivert ben picat. Segons una vella recepta, és de recomanar que amb les mongetes s'hi barregin uns quants llardons. És convenient, abans de tirar-hi les mongetes, treure el llomillo de la paella, que s'hi torna en ésser cuites aquelles, per tal de que sigui ben calent. Es pot substituir el llomillo per botifarra, que fa també un plat excel·lent.

BOTIFARRA AMB MONGETES

S'agafa una botifarra crua, punxant-la bé, per tal que no es rebenti. Es fa coure a la paella amb llard. Quan ja és cuita, es posa a part, i en el mateix greix s'hi fregeixen mongetes seques, que ja s'hauran bullit abans. Quan les mongetes ja són ben rosses, es posen en una plata amb la botifarra al mig.

CANSALADA AMB COLS

S'escalden les cols i es posen a coure amb aigua i sal. S'escorren i es fan a trossos. En el fons d'una cassola s'hi posen talls de cansalada, i al seu damunt, les cols, pastanagues i cebes partides, afegint-hi el suc necessari per a què cogui bé. Es serveix tot junt quan s'hagi begut gairebé tot el líquid.

BOTIFARRA AMB BOLETS

Es rosteix a la paella, amb llard, i a mig coure es treu del foc, tirant el llard a la llauna on es posen el bolets —rovellons o pinatells—; a mig coure s’hi afegeix la botifarra, s’hi tira pel damunt all i julivert ben picat, i molla de pa esbocinada, per ficar-ho al forn o acabar-ho de coure amb foc al damunt. De no fer-ho així, cal anar regant-ho tot amb cullerades de llard de la llauna. En lloc de botifarra es pot emprar llomillo.

PERDIU AMB COLS

En una cassola amb llard, s’hi posa la perdiu, acompanyada d’una ceba petita, un tomàquet, un parell d’alls, sal i pebre. Foc lent. Quan està dorada, se li afegeix un xic d’aigua i caldo, amb el que s’acabarà de coure. Apart, es bull la col sola, la qual, un cop cuita, s’escorre, rebosant-la amb ou i farina, es fregeix i es fa amb ella una mena de bunyolets. Es junten aquests a la perdiu i el tot es fa bullir uns cinc minuts.

PERDIU AMB CASTANYES

Es talla la perdiu a trossos i es posa en una cassola amb llard ben calent. Quan ja sigui ben rossa, s’hi tiren tres cebetes i se’ls deixa agafar color, afegint-hi brou, vi ranci, uns quants xampinyons, dues salsitxes, que s’hauran cuit a la brasa, i després, abans de tirar-les a les perdis, es treuran del budell i se n’aprofitarà solament la carn, junt amb castanyes torrades, farigola, sal i pebre. Es deixa coure amb poc foc.

PERDIU AMB SUQUET

A la perdiu, ben neta, se li posa sal, i en una paella amb llard, s’enfarina, i es fregeix i després es posa en una olla. En el morter es pica un gra d’all, ametlles, julivert, xocolata, una taceta d’oli, una cullerada de caldo, es tira damunt la perdiu, amb una fulla de llorer, i es deixa coure a poc foc.

PERDIUS AMB SALSA MAIONESA

Es fan a trossos varies perdis; després de cuites se’n treu la pell i els ossos i es posen en sal, oli i vinagre, una bona estona; s’escorren, posant-les sobre un llit de llegums i es cobreixen amb salsa maionesa o altre salsa que us agradi. Aquest plat es pot servir amb guarniment de cols de Bruselles o altre per l’esail.

COLOMINS A LA PAGESA

Un cop ben nets, es fan en dos trossos. Es posen al foc amb llard. Quan hagin pres color i estiguin mig cuits, s'hi afegeixen xampinyons o bolets, julivert, sal i algunes espècies, amb mitja copa de vi ranci. S'acaben de coure bé i es serveixen.

CONILL DE BOSC A LA CAÇADORA

Tallat a trossos i adobat amb sal i all, es deixa una estona per a que prengui el gust; després s'asseca amb un drap i es daura amb mantega, posant-lo tot seguit en una cassola, i fregint ceba molt picada amb la mateixa mantega. Un cop daurada aquesta, se li afegeixen pèsols tendres, i es remena, afegint-li un xic de brou i es tira damunt el conill, i es deixa coure poc a poc fins que estigui en el seu punt.

CONILL A L'OLOTINA

Pelat i netejat, es posa en infusió, en vi de bona qualitat, cinc o sis hores. Es treu del vi, es deixa assecar i es sofregeix amb oli i ceba fregida. S'adoba amb sal i pebre, i s'hi afegeixen dues cullerades del mateix vi en que ha estat en infusió. S'hi afegeix caldo i es posa a coure, tenint la cassola ben tapada.

CONILL DE PAGÈS

Es fregeix el conill en una cassola amb llard. Se li tira, després, ceba ben picada i un parell de tomàquets, que acabin de daurar-se. En un morter es pica un gra d'all, un xic de julivert, xocolata, ametlles torrades, pebre negre, una mica de borrego, un tros del fetge del conill i un vas de vi blanc. Tota aquesta picada es barreja amb caldo o aigua i es tira al conill, s'adoba de sal i es deixa bullir fins que estigui al punt.

CONILL DE MUNTANYA

En una cassola s'hi posa oli, una cullerada de vi negre, pebre vermell i sal. Es fa el conill a trossos i es deixa en aquesta cassola en remull un parell d'hores. Després, en una paella, i amb poc foc, es van fregint els talls de conill, sense greix ni oli. En una cassola, a part, es fa fregir cap de costella de porc a tallets, i quan és ben ros, s'hi tira el conill. En la cassola on s'hauran deixat remullar els talls de conill, i en la que hi haurà quedat bastant suc, s'hi desfà una cullerada de farina. Després es tira tot plegat damunt del conill amb l'aigua que calgui per a fer-lo coure.

CONILL ROSTIT

S'agafa un conill sencer, i, després de net, es posa en escabetx durant tres dies amb farigola, llorer, julivert i rodanxes de pastanaga, cebes i dues o tres cullerades d'oli, pebre i sal. Es cobreix el conill amb una capa de cansalada, de 10 centímetres per 20, que es lliga al conill. Es posa a rostir o al forn, no amb foc molt viu, afegint-hi aigua de tant en tant.

CONILL CASOLÀ

Fet a trossos, net i adobat, es sofregeix amb oli i s'hi afegeixen, després, bolets, julivert picat, un xic de llorer, mitja cullerada de farina, una tassa de brou, i una altra de vi blanc. Es deixa coure, i quan vagi estant al seu punt, es pica el fetge —que també s'haurà cuït— es barreja amb el suc i es passa tot pel colador.

CONILL DEL BOU AMB PÈSOLS

Del bou s'agafa la carn —el tall que se'n diu conill— i es posa a daurar amb llard i sal en una cassola. Quan ho està, s'hi afegeix aigua per a que es cogui, posant-li uns alls sencers i ceba a trossos. Quan està tou i sense aigua, es posen tomàquets a sofregir, i després pèsols i patates petites, que es deixen rostir una estona, posant-hi l'aigua necessària per a que tot s'estovi, fent-li una picada d'ametlles. Es serveix amb poc suc.

CARN AMB ANXOVES

Per 400 grams de carn, tres anxoves, un parell d'all, i un ram de julivert. Es piquen molt menut les anxoves, els alls i el julivert, i quan es posa la carn a la paella, s'hi tira la picada al damunt i es deixa coure uns cinc minuts.

PLATILLO CERDÀ

Es posa, en una olla, una capsa de ceba a trossos grossos, tomàquet i julivert, i damunt d'ella la carn, de be o de moltó, que es cobreix amb una altre capa semblant, amb llorer, llard, pebre, canyella, claus i un got de vi blanc. Es cou a poc foc. Es treu la carn, es cola la salsa i es serveix amb pa fregit.

SANG I FETGE MUNTANYENC

En una paella s'hi posa llard i cebes tallades a rodanxes, en bastant quantitat. Quan està a mig daurar, s'hi afegeix el fetge, que ja és tallat a trossos petits. Quan està ben daurat, es talla la sang, ben fina, i s'hi tira. Es dona voltes per a que es cogui i es serveix ben calent. Aquest plat és el popular «sang i fetge de porc amb ceba de tocino».

ESTOFAT DE BOU

En una olla s'hi fan sofregir, en llard, bona quantitat de ceba ben picada. Quan és rossa, s'hi pot posar tomàquet i un cap d'all, que es treu quan la carn és mig cuita. S'hi tira la carn —cuixa o crostó— i es deixa coure ben enrossida, remenant-la sovint, i afegint-hi una fulla de llorer, un polset de pebre, i si es vol, uns brots de sajolida i orenga, així com també una cullerada de vi ranci. L'olla es tapa amb un plat soper amb aigua, i d'aquesta aigua se'n va tirant gotes a la carn. Es pelen patates grogues i s'hi barregen, remenant-ho. Talls de botifarra crua amb les patates i moixarnons, hi van força bé. L'estofat també pot fer-se de vedella.

PLATILLO D'ANYELL A L'EMPORDANESA

Es talla la cuixa a talls, posant-la a coure amb $\frac{3}{4}$ parts del llard. Afegir-hi la ceba trinxada fina i després la salsa de tomàquet. Quan sigui una mica rossa, posar-hi els rovellons ben triats i ben nets. Deixar-ho coure tot plegat a foc mitjà i tapat. A mitja cocció de la carn, sofregir el pa amb l'oli, posar-lo al morter i xafar-lo bé junt amb el julivert i els grans d'all pelats. Afegir aquesta pasta a la carn i deixar-la acabar de coure.

Mentrestant, pelar les cebetes, posar-les a coure tapades amb el llard que queda i un raig d'aigua. Quan siguin transparents, ficar-les un moment, destapades, dintre el forn, per enrossir-les.

Quan la carn estigui quasi a punt, posar-hi les cebetes i deixar-ho acabar de coure plegat.

COSTELLETES D'ANYELL A L'ESTIL D'OLOT

Es tenen les costelletes —tatxonades abans amb trossos de cansalada— en oli per espai de mitja hora, i s'emboliquen, després, amb dues llesques de cansalada, lligant-les amb un fil. Es posen al foc, amb llard abundant, herbes fines i julivert picat, sal i pebre. Es remullen amb una tassa de brou. Un cop cuites, es treuen del foc, tallant els fils, tenint cura de que no es separin les llesques de cansalada.

POTA A LA CATALANA

Un cop bullida es fa a trossets. En una cassola s'hi posa mantega, ceba picada, pebrots tallats rodons i pèsols —si n'hi ha— i després s'hi posa la pota, es remena i s'hi tira el caldo de la mateixa. Es xafen uns grans d'all, que es poden fregir amb el llard, julivert, safrà i uns grans de pebre. Aquesta picada es tira damunt la pota, amb sal, i es deixa bullir fins que quedi la salsa espesa, per a servir-ho calent.

CARN AMB PERES I CASTANYES

Es rosteixen els talls de bou o de vedella, primets. S'hi fa evaporar mitja copeta de vi blanc; s'hi sofregeixen 100 grams de tomàquet; s'hi tira una salsa feta d'una cullerada de farina, amb oli a la paella. Es fa una picada d'un gra d'all, ametlles i pa torrat. S'hi barreja amb una mica d'aigua posant-hi les peres o les castanyes pelades.

BOU A LA DOVA

En una cassola, 400 grams de carn en un sol tros, dues o tres cullerades de llard, una o dues cebes senceres i tomàquets pelats; un cap d'all; una cullerada de vi ranci i un rajet d'aiguarent sec, per dues xicres d'aigua. Es tapa tot amb un paper d'estrassa untat de llard i la tapadora. Foc poc viu. Hi ha qui hi posa canyella, claus i altres espècies.

CARN TOFONADA A L'ESTIL DE VIC

La tòfona, ben pelada, es salta a la paella amb un xic de vi ranci. Quan la carn és rossa —rostita amb una mica de tomàquet i un gra d'all— s'hi tira la tòfona i es deixa coure. La tòfona va bé, en poca quantitat, en qualsevol carn, canyella i espècies.

BOU A LA MENESTRALA

El bou, cuit, es talla en llesques molt primetes, que s'aparten fins que es té la salsa feta. Aquesta es fa així: es sofregeix ceba en una cassola amb llard i un xic de farina fins que prengui color; aleshores s'humiteja amb brou i es deixa coure fins a fer-se una salsa bastant espessa. S'hi tiren les llesques de carn de bou i es deixen escalfar bé, servint-ho tot seguit.

PEUS DE VEDELLA A LA LLAUNA

El peu, ben cuit i salat, es talla a trossos regulars i es posa en una llauna. En una paella amb oli es sofregeix ceba trinxada, tomàquet, all i julivert, amb sal i canyella en pols. Aquest sofregit s'escampa pel damunt del peu, que es ruixa amb vi blanc, pa ratllat i un xic d'oli, i es gratina al forn. Abans de servir-lo s'hi posa pel damunt una capa d'allioli ben negat, acompanyat d'albergínies a talls rodons o patates fregides.

PEUS DE BE A L'ANDORRANA

Després de socarrimats, es netegen bé i es posen a coure amb un xic de cansalada i farina. Es sofregeixen, apart, en una cassola amb oli ben calent, una ceba, dos grans d'all i uns tomàquets pelats. S'hi tira sal i pebre. S'escorren els peus un cop cuits i s'uneixen a la salsa. S'hi afegeixen bolets, sencers o picats.

COSTELLES DE VEDELLA AMB PÈSOLS

Després de xafades les costelles, es posen a coure amb cansalada, ceba, pastanaga, un xic de llorer, farigola i orenga i altres herbes aromàtiques durant uns deu minuts; quan hagin pres color, s'humitegen amb brou o altre salsa bona i es deixen coure amb poc foc fins que estiguin cuites. Passi's el brou per tamís i deixi's reduir bastant. En aquest moment s'hi tiren els pèsols, que s'hauran bullit abans, i es serveix.

PEUS DE PORC MONTSIÀ

Cuits els peus, es tallen, al llarg, per la meitat. Es banyen amb oli molt batut, i un punt de sal. Es cobreixen amb una ratlladura de molla de pa i es rebossen amb un batut d'ou, sucre, julivert, molt picat. Es posen a les graelles sobre foc viu. Mentre es couen, se'ls ruixa amb vi de Xereç o ranci.

PEUS DE PORC BARCELONETA

Es couen els peus amb aigua, ceba, julivert, pastanaga i sal; un cop cuits es treuen de l'aigua, se'ls treu els ossos grossos, i es rebossen a trocets amb farina i ou batut. Es fregeixen en llard i es posen en una cassola, fregint una ceba picada en el mateix llard que han deixat, afegint-hi un polset de pebre, una mica de farina i una taceta de brou. Es llença damunt els peus i se'ls deixa bullir per espai d'una mitja hora.

TRIPA A L'ARANESA

Es cou un tros de tripa blanc i gros, i un cop cuit es talla a filets molt prims. Es posen dues o tres cebes en una paella amb llard o bé oli, i es sofregeix a poc foc, fins que comencin a agafar color. Aleshores s'hi tira la tripa, s'empolsa amb pebre vermell, es sofregeix saltant-la, i quan ha agafat un xic de color, es remulla amb unes cullerades de salsa de tomàquet i un xic de suc; se li fa donar uns bulls i es serveix.

LLENGUA DE VEDELLA

Es pela la llengua amb molta cura, i després es posa a bullir; quan ja és cuita es deixa refredar i s'hi entatxona cansalada i pernil. A part es prepara la cassola amb un sofregit abundant de ceba ben fina, all i julivert, nou moscada, una xicra de vi ranci, un xic d'aigua i la sal que calgui. Ja fet el sofregit, s'hi tira la llengua i es deixa coure poc a poc. Quan ja quasi està cuita, s'hi tiren dos grapats de moixernons.

FETGES EN SALSA

Es netegen els fetges amb sal i aigua. Després es tallen a trocets i es fregeixen amb oli o llard, amb un xic de ceba. Quan estiguin fregits, se'ls afegeix una salsa d'avellanes, all, pa ratllat i espècies; es desfà tot amb un xic de brou o aigua i un rovell d'ou dur, picat. Es remena tot, es deixa coure un xic i es serveix.

ROSBIF

Es compra un tros de filet de vedella el qual es cobreix amb llard i s'assaona amb sal i pebre negre. Després es col·loca en algun estri de cuina o plata i es banya amb vi ranci, on s'hi deixa estar dues o tres hores. A part es fa un sofregit de tomàquet amb menuts de gallina a tallets ben petits, una xicra de vi ranci sec i un grapat de xampinyons. Es deixa bullir tot plegat una bona estona. Mentrestant s'haurà fet rostir el filet, tenint cura de que resti ben ros, i, al moment de servir-se, s'hi tira la salsa abans esmentada.

CURADELLA

Es talla la curadella (perdiu) a trossos petits, i, a poc foc, amb oli, es passa per la paella. S'hi afegeix ceba i quan és rossa, pebrots tallats a llenques petites. Es fregeix bé, i s'hi tira una copeta de vi blanc i una culleradeta de farina. Es cobreix amb aigua o caldo, i s'hi afegeix una picada d'un gra d'all, julivert, ametlles i pinyons, així com també una crosta de pa torrat. Es deixa coure bé.

RONYONS A LA PAGESA

Es tallen a llenques primes; es posen al foc amb llard, sal, pebre, julivert, ceba i un all picat; després de cuits se'ls hi afegeix una cullerada de vinagre i un xic de brou i es deixen coure, a foc molt viu per a que no es tornin durs.

MANDONGUILLES

Es pica vedella i pernil; es fregeix ceba menuda, i quan aquesta està daurada, s'hi afegeix, sofregint-ho tot junt. Després se li afegeix un ou batut i la sal que calgui i es fan les mandonguilles en una xicra que tingui un xic de farina. Es cobreixen d'ou batut, i es fregeixen amb oli o bé llard, esperant que estigui ben calent. A mesura que estan fregides, es van col·locant en una cassola, banyant-les amb una salsa feta amb pernil picat, llard calent, farina, sal i pebre, amb la qual han de bullir una estona.

CARN AMB BOLETS SANTA CECÍLIA

Es sofregeixen uns quants talls de carn, prims i tendres, amb llard i alls, i quan estigui daurat s'hi tira brou en bastant quantitat. S'hi posa sal, pebre i llorer. Quan la carn és a mig coure, s'hi tiren els bolets, prèviament netejats, i una cullerada de llard. Es fa bullir fins que la carn està al seu punt. S'espesseix la salsa amb farina i es serveix amb una picada fina d'all i julivert.

ÀNEC AMB NAPS

Després de netejat i tallat a trossos l'ànec, es sofregeix amb llard en una cassola fins que agafi color. Es passen després, amb el mateix llard, naps petits, tots de la mateixa mida. Se'ls mulla amb caldo, se'ls hi posa sal, pebre, un manyoc de julivert, cebetes tendres, alls, i una fulla de llorer. Es posa l'ànec en aquesta salsa, i quan està mig cuit, se li va donant voltes, fent que no es desfaci, a poc foc. Quan la salsa ha minvat, es serveix.

FRICANDÓ MEDITERRANI

Es talla la carn de vedella, magre i de la cuixa o palpís, a trossos prims, s'enfarina i es fregeix amb oli. Un cop rossa es posa a la cassola. En el mateix oli de la paella, es sofregeixen 100 grams de ceba picada, i quan rosseja, una cullerada de llard, un gra d'all, 100 grams de tomàquet, tot ben menut, i amb una cullerada d'aigua es deixa coure bé, anant-ho aixafant amb una forquilla. Es cola damunt la carn i es deixa coure, afegint-hi l'aigua, si n'hi manca. S'hi poden barrejar pèsols tendres, que s'hi tiren al barrejar el sofregit amb la carn. També hi van bé els moixernons.

FRICANDÓ CASOLÀ

Es tatxona pel damunt un tros de vedella, amb cansalada i es fa coure amb caldo i un manyoc de julivert, farigola i llorer. Quan està cuit es retira de la cassola, es treu el greix i passa el suc, i se'l fa minvar damunt el foc. Es serveix o bé amb la salsa o sol.

RONYONS BORRATXOS

Es fan a talls i es posen a foc viu en una cassola amb llard, sal, pebre, julivert i cebes, tot molt picat. Es fa saltar la barreja sense parar per a que no s'agafi. Un cop hagi minvat, s'hi afegeix un xic de farina, remenant-ho bé, i un parell de vasos de vi bo. Es mou, sense deixar que arribi a bullir i es serveix calent.

CARN TIBIDABO

Es talla «crostó» de vedella, ben fi, i se'l posa a escórrer amb sal. Es fon en una paella mantega, amb un xic de llet, i s'espesseix amb farina. Quan això fa una pasta, se'n unta la carn pels dos costats, es passa amb ou i pa ratllat, es fregeix amb llard ben calent i es serveix.

FARCELLETS DE CALELLA

Carn de vedella o bou, a llesques ben fines, es farceix de botifarra, llomillo, ou dur, cansalada, julivert abundant i un xic d'api, tot a trocets, i s'adoba amb sal i pebre. Es farceix la carn, en forma de croquetes, lligant-la amb un fil.

En una cassola s'hi posa una bona quantitat de llard i es fregeixen els farcellets. Quan comencen a enrossir, se'ls treu el fil, afegint-los ceba fina i tomàquets sense pell, per tal que s'acabin de daurar. Una cullerada de farina per a que es rossin i l'aigua necessària per coure. Es serveixen quan estan a punt.

CARN AMB PRUNES

En una cassola amb llard, s'hi posa la carn a trossos petits, amb sal i pebre picat. Quan està un xic daurada, se li afegeix ceba molt picada, deixant-la daurar amb la carn. Les prunes es tenen en aigua calenta una estona per a què s'estovin, i ben espremudes, es tiren a la carn. Quan tot està ben ros, a la paella es torra farina amb llard, afegint-li aigua o brou, i es tira a la carn, adobant-la i deixant-la bullir fins al seu punt.

Si es volen posar patates, cal tirar-les abans que les prunes.

POLLASTRE ROSTIT AL MONTSENY O DE NADAL

S'adoba amb sal el pollastre, i es col·loca en una cassola fonda, ruixant-lo amb llard fos. En el fons s'hi posa un all picat, un xic de canyella sencera, una fulla de llorer i orenga. Es rosteix a foc regular, i quan comença a daurar-se, es ruixa amb un got de vi ranci, afegint-hi unes quantes prunes, bullides —dues o tres per cap—, pinyons pelats —100 grams per persones—, i segueix la cocció, tombant el pollastre de quan en quant, i ruixant-lo amb petites quantitats de brou. Un cop rostit el pollastre, es treu la canyella i les herbes aromàtiques. Es serveix sense suc i amb una amanida. A més de les prunes i els pinyons, es pot farcir amb salsitxes, talls de llomillo, botifarra i fins i tot amb mongetes seques.

POLLASTRE A L'EMPORDANESA

El pollastre, fet a trossos, net i adobat, es posa en una cassola amb ceba, julivert, un gra d'all, tomàquet i pebrot, tot ben picat; se li afegeix una taceta d'oli, una altre de vi blanc, un polset de pebre, nou moscada i llard; es tapa bé amb un paper d'estrassa, dessota de la tapadora, i es

fa bullir una hora. Abans de servir-lo, es treu el llard que sobri i se'l ruixa amb suc de llimona.

POLLASTRE AMB SAMFAINA

Es sofregeix, a talls, amb els menuts, a la cassola. Es posa ceba picada al tallador: quan es rossa, una albergínia —si és el temps— i un pebrot o dos, escalivats, millor si són mig verts mig vermells, i tomàquet ben picat. També es pot fer, no més, amb pebrots i tomàquets.

ESCALDUMS

Es rosteixen a la cassola els menuts de pollastre, o gall d'indi, i una vegada rostits, se'ls afegeix una picada de julivert, pa torrat ratllat, ametlles, i allioli negat. També es poden fer els escaldums saltats a la paella, amb una mica d'all i julivert, quan són a mig sofregir. Hi ha qui, abans de l'all i el julivert, hi fa enrossir tomàquet.

SANG AMB CEBA

Es tallen, al llarg, cebes en bona quantitat, i se les hi posa sal i pebre. S'hi barreja la sang i es posa tot al forn. També es pot fer, tirant la sang, a cullerades, a una paella amb oli bullent. Queden com a bunyols, que es serveixen amb sal i pebre.

AGREDOLÇ DE L'EMPORDÀ

És l'agredolç una fregida de melsa, fetge i freixura de moltó, guisada amb sucre i vinagre. A base d'aquests ingredients, es fa de moltes maneres.

CASSOLA DE CERVERA

Guisat de carn de porc grassa —botifarra o cap i pota—, amb ous i sucre. Es cou amb foc al damunt i a sota, al forn. Pocs abans d'ésser cuit, s'hi posen al damunt, ous debatuts amb sucre, formant una crosta. A Cervera, es fa solament pel Dijous Gras, i se'n menja tot el dia.

CUIXA DE MOLTÓ

Es compra una cuixa de moltó mitjaneta i es deixa dos dies en infusió amb el següent preparat: un litre d'aigua, un altre de vi blanc, dos veires de bon vinagre blanc, algunes pastanagues, llorer, quatre o cinc cebes, farigola, julivert, pebre en gra, sal i all. Poseu-ho en lloc fresc, girant la cuixa dues vegades al dia. Després, s'embolicarà amb paper blanc untat amb llard, rostint-se com de costum. Pot servir-se amb patates fregides i llegums.

LLENGUA DE VEDELLA

Es neteja la llengua i es deixa durant una hora amb aigua freda; es fa coure amb aigua salada, juntament amb pastanagues, naps, patates i unes quantes herbes. Després de deixar-la coure durant tres hores, en un foc suau, es pela la llengua i es serveix amb una macedònia.

POTES D'ANYELL O DE VEDELLA A LA PAGESA

Es fan bullir les potes partides pel mig, amb una ceba, farigola, llorer, julivert, all i sal. Quan ja són cuites, es prepara a part la salsa següent: es pica al morter ceba, cerfull, un cogombre, tàperes, olives i ou dur; quan ja està tot ben picat, s'hi barreja oli, sal, vinagre i pebre. Les potes bullides es serveixen juntament amb aquesta salsa, amb patates fregides.

COLOMINS AMB BOLETS

Ben nets els colomins, i partits en dos trossos, es posen al foc amb llard. Quan ja tinguin bon color, i estiguin mig cuits, s'afegeixen xampinyons o bolets, julivert i espècies, així com també mitja copa de vi ranci, i s'acaba de coure fins que estigui a punt.

FREIXURA DE VEDELLA CASOLANA

Es neteja bé en diverses aigües; s'escalfa un moment en aigua que bulli i es talla a trossos; es mulla en brou, afegint-hi un ramet d'herbes aromàtiques i s'assaona. Un cop el guisat està al seu punt, s'espesseix amb dos rovells d'ou batuts; es deixa un moment al foc, i en servir-ho, es rega amb un raig de vinagre.

ORELLES DE TOCINO AMB SALSA

Es couen les orelles; després es passen per farina i ou batut, fregint-les amb oli molt calent. Després es couen amb la salsa següent: mantega de vaca, farina mullada amb llet, i s'aromatitza amb un xic de canyella i la sal corresponent.

ESTOFAT DE VACA

S'unta bé amb llard un tros de vaca, assaonant-lo degudament amb espècies, posant-se en una cassola amb pastanagues i cebes, així com també un tros de vedella amb l'assaonament que calgui. Es mulla amb brou. Es cobreix amb una tapadora de ferro i un drap, fent-se coure poc a poc i llargament. Aquest plat pot servir-se calent o fred, però cal passar pel tamís tot el suc que doni.

PERDIU A LA CAÇADORA

Si algun dia aneu de cacera i caceu una perdiu, us la podeu menjar feta d'aquesta manera: netegeu la perdiu en un rierol o una font. Feu un forat a terra amb un ganivet, tenint cura que sigui en un lloc on hi hagi molta herba, i es treu un tros circular de terra amb l'herba adherida. Després s'enfonsa el forat i a dintre s'hi fica la perdiu embolicada en un paper d'estrassa, ben untat amb llard i amb la sal i espècies amb què volgueu assaonar-la. Es tapa el forat amb la terra que té l'herba adherida i es fa un bon foc a sobre durant mitja hora. Diuen que la perdiu feta així és molt gustosa.

GUISAT DE BE AMB PÈSOLS

Es tira oli a la paella, posant-la al foc. S'agafa un tros de be i després de net se'n fa trossos. Es fregeix, quan l'oli sigui ben calent. Es treu, posant-lo en la cassola on es vulgui guisar. Amb l'oli sobrant es fregeix una ceba picada. Quan estigui daurada, s'hi afegeix un parell de cullerades de farina. S'aboca això sobre el be. S'hi afegeix l'aigua necessària per a què es cogui. Quan trenqui el bull, s'hi posen els pèsols desgranats. Quan estigui quasi el be cuit, es pica al morter una llesca de pa fregit, all i julivert i s'afegeix a la salsa, amb la qual s'ha de coure encara durant uns quants minuts.

VEDELLA A LA BURGESA

Cinc-cents grams de fetge de vedella, 200 de llard, 200 de molla de pa, un vas de llet, dos ous sencers, dues clares, dues cullerades de ceba trinxada, sal, pebre, nou moscada i 50 grams de mantega. Es talla el fetge en petits daus i es barreja amb el llard. En una cassola s'hi posa la molla de pa i la llet, i quan s'hagi format una pasta es treu del foc. En una altra cassola es posen 20 grams de mantega, fent-hi sofregir la ceba trinxada. Es barreja la carn, el pa i la ceba, afegint-hi sal, pebre, nou moscada, els dos ous sencers, treballant-ho tot. Es passa pel sedàs. S'incorporen aleshores les clares batudes a punt de neu. Es posa en un motlle untat i es deixa coure durant una hora en bany-maria, dins el forn. Es treu del motlle, guarnint-lo amb una salsa. Al voltant, s'hi posen pastanagues i cebes.

CONILL GUISAT A LA CATALANA

Es talla un conill a trossos petits, després de pelat, buidat i net. Es tenen a mà 200 grams de cansalada viada, fent-la a trocets de tres centímetres de llargada per dos d'amplada. Es fregeix la cansalada fins que prengui color, en 30 grams de llard, escorrent-la i posant-la en un plat. Es fregeix el conill en una paella amb llard durant deu minuts. S'hi afegeixen uns 30 grams de farina i es remena al foc durant dos o tres minuts. Es posa en una cassola el conill, la cansalada, una tassa de brou, dues copes de vi, sal, pebre, un ramet d'herbes aromàtiques i

cebetes tendres sofregides. Es deixa coure durant vint minuts a foc suau amb la cassola ben tapada. S'hi afegeixen cinc o sis bolets, fent que es cogui novament durant cinc minuts. Es retiren les herbes, es posa tot en una plata i es serveix.

CROQUETES DE CONILL

Es pica carn de conill, ben picada, amb cansalada i carn magre de vedella. Aquesta picada es fa amb les carns ja cuites; s'assaona la barreja amb pebre i sal i afegint-hi un xic de farina; també s'hi afegeix molla de pa mullada amb brou i s'aixafa tot en un morter fins convertir-ho en pasta; es barreja en ou batut, es treballa la composició, es divideix en parts iguals i petites, es passa cada porció amb pa ratllat, es banya amb ou, es torna a empanar i es fregeixen les croquetes en llard. Quan ja tinguin color, es treuen les croquetes de la paella, es posen a escórrer, s'eixuguen amb un drap i es serveixen.

CONILL ESTOFAT

Es pela, buida i neteja bé un conill; que es fa a trossos. Es posa en vi blanc de bona qualitat durant cinc o sis hores. Es treu del vi, deixant-lo assecar, es fregeix en oli i una ceba. Amb la sal i un xic de pebre s'assaona i es posa en una cassola, a la que s'afegirà brou i dues cullerades del mateix vi, en què el conill estigui en infusió. Es posa a coure, tenint cura de tapar bé la cassola.

CONILL FREGIT

Ha d'ésser conill joveníssim, i per tant, ben tendre. Fet a trossos, es renten bé els talls, i, sense que s'escorrin, s'hi posa sal i pebre i, si és conill casolà, farigola polvoritzada; apartant del foc la paella en què s'hagi fregit l'oli o el llard, s'hi tiren alls sencers amb pell i punxats, que es treuran en servir el plat a taula. Quan la grassa o l'oli estiguin quasi bé frets, perquè es fregeixin els trossos de conill, a poc a poc i per un igual, es posen de cop els trossos de conill a la paella amb l'aigua que hagin després, primerament a foc viu i, evaporada tota l'aigua, més a poc a poc es van fregint a la paella els trossos de conill, fins que es daurin més o menys, segons el gust i, tot seguit, a taula.

CONILL A L'ANGLESA

Es fa una picada amb un bon tros de molla de pa mullat amb llet, all, julivert, cansalada, sal, pebre i algunes espècies. Tot això es fica dintre del conill, que estarà sencer, però ben net, i es torna a tancar, cosint-lo amb uns punts per sobre per tal que no en surti res. S'hi tira sal i pebre i es posa en una cassola amb una capa de talls de cansalada i mig petricó de vi negre. Quan el vi s'hagi consumit i la cansalada estigui ja fregida, el conill estarà a punt del gust

anglès, que és inclinat a menjar les viandes mig crues. Pel nostre gust, cal afegir-hi un xic de brou o aigua, fent-lo fregir bé fins a tenir la certesa de que ja és ben cuit.

COSTELLETES D'ANYELL ARREBOSSADES

Es preparen, netegen i aplanen i s'assaonen amb sal i pebre, s'arrebossen amb ou batut i es cobreixen amb pa ratllat; finalment, es fregeixen amb llard a la paella. Es serveixen soles o amb patates fregides, amb salsa de tomàquet o una salsa picant.

PEUETS D'ANYELL AMB PINYONS I PÈSOLS

Cuits els peus es separen de la cocció, se'ls hi treuen tots els ossos, se'ls passa per farina i ou batut i es fregeixen amb llard o oli fins que agafin un color ros bonic. Tan bon punt siguin fregits es colloquen en una cassola una mica fonda i a sobre s'hi tiren 60 grams de pinyons pelats (10 grams per cada comensal) i una regular quantitat de pèsols cuits abans. Es cobreixen amb una salsa composta la meitat de tomàquet i l'altra meitat del mateix brou de les potes, ben passat abans per un colador fi; es tapa la cassola i es deixa coure en un angle del fogó. Mentre es determina el principi de cocció s'afegirà una bona picada a la catalana. Serveixi's amb salsa no massa abundant, guarnit amb crostons de pa fregit.

SANG I FETGE AMB XAMFAINA

Es tallen trossos de fetge i sang cuïta de moltó, i es sofregeix tot amb llard, afegint-hi ceba, alls, espècies, julivert picat i pebre vermell. S'hi afegeix aigua i es posa a coure. Es fregeix farina, que es desfà amb aigua; quan ja està ben fregida, s'aboca al brou per a que s'espesseixi. Si es vol augmentar el valor alimentici d'aquest plat s'hi posen alguns ous batuts.

BIFTEC

Tothom que guisa fa biftecs o es pensa fer-ne. En realitat ben pocs els fan de manera que mereixin aquest nom. En primer lloc, la carn per fer biftecs ha d'ésser de filet de vaca o de fals filet almenys, i d'un quatre centímetres de gruix. S'aplasta lleugerament amb la planxa o altre estri i es tallen al voltant els nervis i la pell, donant al biftec una forma ovalada. S'hi posa sal i un xic de pebre per tots dos costats, s'unta amb oli, per facilitar la cocció i es cou a la graella, per tots dos costats a foc moderat i igual. Ja fet el biftec es serveix, bé sobre una lleugera capa de llard desfet i molt calent, adornat amb patates fregides, o bé a l'anglesa, o sigui sense salsa ni adornament.

El gust del biftec pot realçar-se molt servint-lo amb anxova preparada de la següent manera. Per a un biftec ordinari es renta bé una anxova, s'eixuga i s'aixafa bé sobre la mateixa taula de la cuina amb el ganivet de pla (el morter és inútil per a una quantitat tan petita). Es barreja

l'anxova feta pasta amb 40 grams de llard. Es passa pel colador i es posa la barreja en un plat, que s'haurà escalfat prèviament. Es col·loca el biftec sobre dit llard i es serveix.

MENUTS DE GALLINA AMB PATATES

Es sofregeixen a la paella amb oli o llard els menuts de gallina, menys el fetge; a mig sofregir es separen, i en el mateix oli o greix que han deixat s'hi rosteixen patates tendres, petites, o, si no ho són, fetes a talls. Quan són daurades, s'hi afegeixen els menuts amb un sofregit de tomàquet i de seguida una picada d'ametlles i pinyons, un granet d'all i una mica de pa torrat amb mig vas d'aigua, més o menys, segons la quantitat de menuts i patates. S'hi afegeix el fetge i, després de coure deu minuts, es serveix. Si es vol, s'hi posen pèsols que, si no són molt tendres, s'hauran de bullir primer.

SALSITXES FREGIDES

Es separen les salsitxes tallant el cordill que les uneix, es posen en una cassola en aigua i se'ls donen dos bulls, es tapa la cassola i es treu del foc. Es deixen així durant deu minuts, després s'escorren, es punxen i es fregeixen amb llard. Es serveixen amb pa fregit.

ESTOFAT BORD

Llard o bé oli a l'olla. 500 grams de ceba, uns grans d'all i una fulla de llorer, que es retiren; després 100 grams de tomàquet. Tot ben ros, unes gotes de vi negre. Quatre-cents grams de patates petites o tallades, i 200 de cebes petites. Si és temps de pèsols, 200 grams. Es va saltant l'olla, que és tapada amb un plat amb aigua, de la qual se'n va tirant gotetes a l'estofat.





VII. SALSES

EL «ROMESCO»

La base del «romesco» és el pebrot vermell assecat i després torrat o bullit, que es polvoritza o es remou al morter, donant un suc vermell. Abans era una salsa molt popular en les fondes, i avui encara ho és entre la gent del camp i de la marina.

S'hi fa el pollastre i el conill, que es rosteixen, a trossos, a la cassola, tirant-hi, després, unes fulles de menta, i un polset de llavor de fonoll; un parell de volts i una picada de tres grans d'all, un ramet de julivert i unes ametlles i avellanes torrades. S'hi afegeix el romesco a la salsa i es deixa acabar de coure.

Per a el bou en «romesco», primer es bull amb poca aigua i sal. El caldo del mateix serveix per a la salsa. En una cassola s'hi posa llard i julivert, i quan està bullit s'hi posa la carn, deixant-la daurar, i amb un cap d'all escalivats, s'hi posa el «romesco». Si el suc sortís clar, es pot espessir amb farina.

SALSA DE CREMA

En un estri apropiat es posen dos rovells d'ou, un tros de mantega de vaca, tot el suc d'una llimona, la sal que calgui i un polset de pebre. Es posa l'estri al banymaria i es va fent la salsa, remenant sempre d'una sola banda. Tal com en l'allioli, es fa amb l'oli, i s'hi van tirant bocins de mantega fins que s'obtingui la quantitat de salsa desitjada. Cal procurar que quedi com una crema.

SALSA D'ESCABETX

Aquest brou (caldo) s'usa amb tots els peixos que no tenen un gust molt pronunciat per si mateixos, i necessiten assaonar-se amb condiments. Es posen en una cassola naps, cebes, julivert, pastanagues, llorer, sal, pebre en gra i vinagre. S'hi posa aigua, i després de coure

amb molta suavitat durant una hora, es cola i es guarda per a quan es tingui d'usar. Es pot guardar molt de temps, però fent-lo bullir i afegint-hi aigua cada quatre dies, abans de bullir-lo.

SALSA PICANT

Es posa en un cassó un veire d'aigua i un altre de vi blanc; quan s'hagi reduït a la meitat, s'hi tira una bona picada d'alls i julivert, després es torna al foc i es deixa bullir una estona; per fi es cola i s'hi afegeix un polset de mostassa, suc de llimona i una cullerada d'oli.





VIII. PLATS DIVERSOS

CARGOLS A LA LLEIDATANA

Es renten els cargols amb aigua, en la que hi hagi sal i vinagre, i s'escorren i es treuen de llur closca. Es renten de nou amb aigua fresca i es bullen. Un cop cuits, se'ls escorra novament, i se'ls posa en una cassola amb llard, julivert, alls, daus d'espècia, farigola, llorer i una cullerada de farina. Se'ls sofregeix una estona, i en servir-los se'ls afegeix un rovell d'ou i suc de llimona.

CARGOLS SALTATS

Preparats els cargols, es salten a la paella amb una bona quantitat d'oli, uns deu o quinze minuts. S'hi trinx a una ceba, que es deixa enrossir, i s'hi posa tomàquet, tres grans d'all i julivert, tot ben picat, deixant-lo coure i es serveix. Els cargols es van sucant amb la salsa. Si agrada el picant, pot afegir-s'hi un polset de pebre.

CALÇOTS DE VALLS

Els «calçots», de Valls, són grills de ceba, cuits al caliu, que es mengen directament, sucats amb allioli o bé amb salsa picant, com els espàrrecs.

AMANIDA DE FONOLL MARÍ

És una planta, el fonoll marí, molt estimada a l'Empordà, on en diuen «fueis morings». Creix en les esquerdes de les roques, vora la mar. Es cull el fonoll marí en dia de sol i es posa en vinagre. Es menja com amanida.

«RELLENU»

A l'Empordà, el rellenu consisteix en pomes cuites, farcides amb carn picada, de porc o de vedella. Al Penedès, amb peres i préssecs. A Calonge, a les pomes, a més de la carn picada, hi posen melindros i ous i ho couen en una cassola amb una picada d'ametlles.

BOLETS A LA LLAUNA

Es posa oli en abundor a la llauna. Quan és bullent, s'hi posen els bolets, quines canoes llevades, s'hi posen també, barrejades amb ells, a trossos. Couen de deu a dotze minuts i tot seguit s'hi tiren, per cada lliura de bolets, tres grans d'all, un ram de julivert, i molla de pa, ben barrejat, posant-se al forn o bé amb foc al damunt. Es deixa coure un quart més, tenint cura de banyar-ho tot amb l'oli, a cullerades.

Es poden també menjar a la brasa, o a la graella. En aquest cas, mentre es couen, se'ls ha d'anar regant amb gotes d'oli.

BOLETS AMB PERNIL

El pernil es fa a bocins un xic més grossos que daus, i es fregeixen un xic. S'hi afegeix la quantitat de bolets que es vulgui, ben rentats, sencers o partits, si són massa grossos. De pernil n'hi ha prou amb 125 grams. Es tenen al foc mentre consumeixen l'aigua que porten; aleshores, s'hi afegeix un grapat de pa molt dur, ratllat, amb all i julivert; es sofregeixen sense tocar-les ni amb cullera ni amb altre estri, i quan ja quasi està tot fregit, s'hi posa un vas petit d'aigua freda, i un xic de pebre negre. Després d'un quart de coure amb pausa, es serveix.

BOLETS A L'ESTIL DE SANTA COLOMA

Trets els troncs, ben nets i eixugats, es sofregeixen els bolets amb llard o bé oli, sal, pebre i un xic de caldo. Després de cuits, es posen en una salsa d'ametlles, ben espesada amb farina, i es serveixen.

PAREDONS DE CERVERA

És un menjar de dejuni típic de Cervera. Són panets fets al forn, farcits d'espínacs i panses, cuites abans.



VOLUMS PUBLICATS

1. **La Pepa Maca** - Cecília A. Mantua
2. **El trobador català** - A. Bori i Fontestà
3. **Cinc mil refranys catalans**
4. **1.000 endevinalles catalanes**
5. **Felicitacions i brindis**
6. **500 xistes catalans**
7. **Guia-diccionari de les festes majors, fires i mercats dels pobles de Catalunya**
8. **Catalunya llaminera**
9. **Els cognoms catalans** - Lluís Almerich
10. **200 plats casolans de cuina catalana** - A. R. Dalmau
11. **Contes catalans per a nois i noies**
12. **Relotges de sol - Història i art de construir-los** - M. Palau
13. **Diccionari popular Català-Castellà**
14. **Diccionario popular Castellano-Catalán**
15. **L'art de fumar en pipa** - Lluís Capdevila
16. **Antoni Gaudí, Arquitecte Genial**
17. **Sant Jordi Patró de Catalunya** - Lluís Millà i Reig
18. **Tot fent memòria. Records d'un caricaturista barceloní** - Antoni Roca
19. **Tractat general d'heràldica** - Manuel Bassa i Armengol
20. **La pintoresca història del calendari** - Miquel Palau
21. **Remeis casolans** - David Griñó i Garriga
22. **Poesies Patriòtiques catalanes - Antologia**
23. **Llibre dels bolets** - David Griñó i Garriga
24. **Oficis que es perden** - David Griñó i Garriga
25. **Dia a dia. Calendari de fets històrics catalans** - Josep M. Cadena
26. **Los Cent Conçeyls del Conçeyl de Cent** - P. Gener
27. **Bon profit...! Receptes de cuina familiar** - Elisabet Millà
28. **Els animals segons el poble** - Esteve Busquets i Molas
29. **Segon llibre d'endevinalles** - Lluís Millà i Reig
30. **Origen dels noms geogràfics de Catalunya** - M. Bofarull i Terrades